

OVIDIU BOJOR

MIRCEA ALEXAN

PLANTELE MEDICINALE ȘI AROMATICE DE LA **A** LA **Z**



Dr. Farm. OVIDIU BOJOR

Biolog MIRCEA ALEXAN

INSTITUTUL PENTRU CONTROLUL
DE STAT AL MEDICAMENTULUI
ȘI CERCETĂRI FARMACEUTICE

TRUSTUL PLAFAR

PLANTELE MEDICINALE ȘI AROMATICE DE LA *A* LA *Z*

BUCUREȘTI 1982

Lucrare editată de RECOOP

Redactor : MIHAI ZAHARIA

Tehnoredactor : DAN ROMANESCU

Coperta : ECATERINA NICOLA

INTRODUCERE

Elaborarea acestei lucrări are la bază considerente de ordin practic. În acest scop, se încearcă să se pună la îndemîna celor interesați o gamă cît mai largă de produse fitoterapeutice sub forma cea mai simplă de preparare și administrare: infuzii, decocturi, macerate, siropuri și soluții hidroalcoolice simple. Toate aceste forme farmaceutice se pot obține cu „o aparatură simplă de laborator”. Respectîndu-se indicațiile date, ele pot fi preparate în orice gospodărie.

În prezent, după o jumătate de secol de ascensiune vertiginoasă a medicamentelor elaborate prin sinteza de laborator, în numeroase țări dezvoltate se constată o accentuată tendință de reconsiderare a bioterapiei, adică a utilizării în scop terapeutic a produșilor sintetizați de celula vie. Acest fapt nu este întîmplător. El este determinat de doi factori principali. În primul rînd, s-a constatat că intoleranța, efectele secundare sau chiar accidente medicamentoase sînt mult mai reduse în cazul terapiei cu produse naturale, iar biodisponibilitatea pentru organism mult mai ridicată a acestora din urmă față de remediile chimioterapeutice. În al doilea rînd, sinteza naturală care folosește, în principal, energia solară sau bioenergia, în cazul ființelor unicelulare, pentru elaborarea principiilor active, este mult mai economicoasă, atît în ceea ce privește consumul de energie, cît și investițiile în instalații și utilaje de laborator sau industriale costisitoare. Este suficient să menționăm că din cîteva mii de structuri chimice sintetizate, doar una sau două au șansa să ajungă sub forma unui produs farmaceutic.

Utilizarea plantelor medicinale, ca unul dintre cele mai vechi remedii cunoscute de om, și-a îmbogățit conținutul.

În zilele noastre, FITOTERAPIA MODERNĂ (inclusiv aromaterapia) în sensul larg al acestei noțiuni este tratamentul bolnavilor cu ajutorul produselor farmaceutice obținute din plantele inferioare sau superioare. Având la bază dezvoltarea fitochimiei, biochimiei, farmacodinamiei și a tehnicii farmaceutice moderne, fitoterapia este astăzi o nouă ramură a medicinei în plină dezvoltare și ascensiune. Acest fapt explică numărul mare de produse farmaceutice care au în formula lor plante sau principii active elaborate prin biosinteză de celula vegetală. Vom cita numai câteva dintre cele mai uzuale produse farmaceutice românești care au în formula lor substanțe active din plante: Codamin, Codenal, Cofedol, Cortelax, Digitalină, Digoxin, Distonocalm, Ergomet, Extraveral, Fasconal, Foșenal, Hipazin, Hiposerpil, Lizadon, Nervocalm, Răunevril, Renogal, Rutozid, Scobutil, Sirogal, Tusomag, Ulcerotrat etc.

De la început considerăm necesară o precizare: fitoterapia nu exclude chimioterapia sau celelalte procedee terapeutice. Așa cum există excelente medicamente chimioterapeutice — rezultat al inteligenței și efortului uman — la fel există în prezent minunate remedii naturale elaborate de celula vie.

Terapeutica modernă a devenit astăzi o știință interdisciplinară. Ea presupune o colaborare cât mai strânsă între medic, farmacist, chimist, fizician, biolog, matematician, psiholog, inginer sau tehnolog, având un unic scop: găsirea și aplicarea remediei cel mai potrivit bolnavului.

Disponind de procedee și de o aparatură modernă de investigație, cunoștințe complexe și de specialitate, produse farmaceutice eficiente, medicului îi revine rolul principal în alegerea remediei terapeutice principale și auxiliare.

Fitoterapia nu trebuie înțeleasă ca practică exclusivă. Alături de ea există în prezent produse chimioterapeutice bune și verificate la care se pot asocia produse de origine animală sau opoterapeutice, produse apicole, oligoelemente, enzime, hormoni etc.

După opinia noastră, numai prin „colaborarea” dintre chimioterapie, fitoterapie, organoterapie, ionoterapie, fi-

zioterapie, psihoterapie, igiena alimentației ș.a., se poate ajunge la un rezultat terapeutic eficient.

În ceea ce privește fitoterapia, considerăm necesar să subliniem următoarele aspecte importante :

— nu există un „panaceu universal“, adică un remediu care să vindece toate bolile. Cu toată complexitatea lor, produsele fitoterapeutice au o acțiune principală și deci o eficiență majoră pentru o afecțiune specifică ;

— să nu se apeleze la fitoterapie ca la o „ultimă speranță“ după ce chimioterapia și toate celelalte mijloace terapeutice au fost epuizate ;

— să nu se apeleze la fitoterapie când există produse chimioterapeutice, de sinteză, eficiente, verificate, netoxice, ușor asimilabile ;

— fitoterapia trebuie să se bazeze pe indicațiile specialiștilor în acest domeniu, deoarece ca orice ramură a științei și a practicii ea presupune cunoștințe complexe și o pregătire superioară ;

— fitoterapia, adresându-se în mare măsură bolnavilor cronici, presupune un tratament de lungă durată, bine condus, cu respectarea în același timp a celorlalte indicații medicale.

Renunțând la vechile practici empirice, la sfaturile primite de la cei neavizați, trebuie să se folosească o informare cât mai corectă, rezultatele pozitive înregistrate în ultimele decenii de către cea mai veche, dar în același timp cea mai nouă ramură a terapiei moderne : fitoterapia.

Până în prezent încă nu a fost decît parțial studiată multitudinea datelor acumulate de-a lungul mileniilor de către diferite popoare privind utilizarea plantelor medicinale. Astăzi, aceste date sînt supuse unui riguros control științific și redate terapiei. Fitoterapia modernă, sub acest aspect, este încă abia la începuturile ei. Folosind în prezent cuceririle științelor naturii, ale tehnicii moderne, ale metodologiei de control analitic, microbiologic, ale biochimiei moleculare, ale farmacodinamiei și ale metodelor moderne de investigație clinică, fitoterapia înregistrează zi de zi succese importante în prevenirea sau tratamentul a numeroase afecțiuni.

Departa de a avea pretenția de a da în această lucrare pentru utilizarea plantelor medicinale nici măcar alfabetul fitoterapiei, vom prezenta cîteva dintre principalele specii de plante sau amestecuri de plante din țara

noastră, care se pot utiliza sub forma cea mai simplă de prelucrare a materiei prime și de administrare, la îndemina oricui. Majoritatea plantelor sau amestecurilor de plante — cunoscute sub denumirea de ceaiuri medicinale — se administrează bolnavilor sub formă de infuzie sau decoct ca adjuvante ale tratamentului de bază prescris de medic.

Indexul speciilor, în majoritate, a fost selectat în această lucrare după criteriile disponibilității în rețeaua de distribuire, adică în farmacii și unitățile Plafar specializate în această direcție. În același timp, sugerăm cititorilor că pot să-și procure unele plante direct de pe teren cu ocazia vacanțelor, concediilor, excursiilor de sfârșit de săptămână. Pentru recunoașterea plantelor medicinale există numeroase lucrări de specialitate. În cazul în care apare însă cel mai mic dubiu asupra identității botanice a plantei respective, este necesar să se apeleze la specialiști. În flora spontană există numeroase specii de plante toxice care pot da naștere la accidente. Pe de altă parte, unele specii asemănătoare plantelor medicinale sînt lipsite de substanțele active de care avem nevoie în combaterea unor afecțiuni.

Recoltarea plantelor medicinale din flora spontană de către însuși pacient oferă numeroase avantaje: mișcarea, îmbogățirea cunoștințelor, valorificarea unor resurse locale.

Trebuie avut neapărat în vedere că eficiența plantelor medicinale depinde de calitatea și puritatea lor, de perioada recoltării, de modul de uscare și conservare, de vechimea lor. Este indicat de a usca și păstra plantele întregi, în snopuri mici și a le fragmenta numai înainte de a prepara ceaiul medicinal. Prin aceasta se împiedică anumite transformări chimice, oxidări, pierderea uleiurilor volatile sau a altor substanțe active. Cu excepția citorva specii (Crușinul, rădăcina de Ghințură, plantele ce conțin tanin, rădăcina de Nalbă mare), majoritatea plantelor medicinale trebuie reînnoite la 1—2 ani. Numeroase specii păstrate mai mulți ani își diminuează eficiența terapeutică pînă la 80%.

Avînd în vedere obținerea unor rezultate cit mai bune prin utilizarea plantelor medicinale, în partea generală a lucrării vom da noțiunile de bază privind recoltarea, uscarea și conservarea diferitelor părți sau organe de plantă.

În ceea ce privește prelucrarea materiei prime sub formă de produs farmaceutic de origine vegetală, rezultat al unui proces de producție simplu sau complex, sînt de asemenea necesare cîteva cunoștințe elementare care vor fi prezentate rezumativ tot în partea generală a lucrării.

În cea de-a doua parte a lucrării vor fi prezentate plantele medicinale sau amestecurile de plante medicinale denumite conform Farmacopeei Române „Species” sau „Ceaiuri medicinale”, grupate pe afecțiunile principale enumerate în ordine alfabetică. Pentru fiecare plantă medicinală sau ceai medicinal se va indica modul de preparare cel mai adecvat (infuzie, decoct etc.) și cantitatea ce urmează a fi administrată intern sau utilizată pentru tratamentul extern. Deoarece lucrarea se adresează în primul rînd unui public larg, s-a evitat utilizarea plantelor care ar putea duce la efecte nocive prin supra-dozare.

În speranța că îndrumările pentru utilizarea plantelor medicinale își vor atinge scopul, rămînem totuși receptivi la sugestiile primite din partea celor ce vor apela la ele, în așa fel încît o eventuală nouă ediție să fie mai completă.

AUTORII

PARTEA GENERALĂ

Cîteva date privind recoltarea, uscarea și conservarea plantelor medicinale.

Deoarece la baza eficienței terapeutice a plantelor medicinale stă relația dialectică substanță activă — acțiune farmacodinamică, de primă importanță este calitatea materiei prime.

Primul element pentru obținerea unei materii prime de bună calitate îl constituie cunoașterea organului de plantă cu conținutul cel mai ridicat în substanțe active (rădăcini, rizomi, părți aeriene, scoarțe, frunze, flori, fructe, semințe). Acesta se va deduce din însăși formularea dată pentru fiecare plantă sau ceai medicinal din această lucrare.

Al doilea element important, legat tot de conținutul în substanțe active, este momentul optim de recoltare. Alegerea momentului optim de recoltare este condiționat de stadiul de vegetație a plantelor (înainte de înflorire, în boboc, înflorit etc.) și de anotimp.

Tot în legătură cu acest factor sînt și perioada din zi și condițiile meteorologice cînd se face recoltarea. În general, plantele medicinale se recoltează pe timp uscat, dimineata, după ce roua s-a evaporat sau după amiază, pînă la apusul soarelui. Plantele conținînd uleiuri volatile se vor recolta, în special, pe timp noros sau dimineata, înainte de răsăritul soarelui.

Al treilea element, de ordin tehnic, este metoda cea mai corectă de recoltare. În special, pentru protecția plantelor medicinale perene, pentru asigurarea perpetuării speciei, la recoltare trebuie să se țină seama de anumite reguli nelegife-

rate, dar de mare importanță pentru viitorii ani. A valorifica rațional o zonă bogată în plante medicinale spontane nu înseamnă a extermina plantele din zona respectivă. În cazul recoltării organelor subterane sau a plantelor întregi, se vor lăsa în zona respectivă suficienți indivizi care să asigure materialul de înmulțire pentru anii viitori. În cazul în care se vor recolta florile sau părțile florale cu frunze, se va utiliza foarfeca. În nici un caz nu se recomandă, de pildă, ca pentru recoltarea florilor de tei să se taie ramurile sau chiar copacul însuși. Recoltarea mugurilor este indicată să se facă în parchetele de exploatare forestieră de primăvară. Chiar din fructe se vor lăsa unele cantități care să asigure refacerea plantelor. O datorie cetățenească este ca în zonele unde s-au recoltat plante medicinale să se însămânțeze terenul cu material de înmulțire din aceleași specii.

Rădăcinile (Radix), rizomii (Rhizoma), bulbii (Bulbus) și tuberculi (Tubera), cu alte cuvinte părțile subterane ale plantelor, se recoltează primăvara timpuriu, înainte de formarea mugurilor sau a părților aeriene ale plantei sau toamna târziu după ofilirea părților aeriene. La recoltarea acestor organe ale plantei, datorită lipsei părților vegetale superioare (tulpini, frunze, flori), se ivesc cele mai multe confuzii. Deci se va acorda o atenție deosebită identității botanice a speciilor respective.

Părțile aeriene (Herba) ale plantei, impropriu numite „iarbă” prin vulgarizarea termenului latin „herba” (în limba română avind altă semnificație) se recoltează, de obicei, cu puțin înainte de înflorirea completă sau în timpul înfloririi. Momentul optim de recoltare al plantelor în acest caz este foarte diferit, în funcție de specie, altitudine și zona geografică unde crește planta. Recoltarea se face manual, cu foarfeca sau cu secera, în nici un caz prin smulgere.

Mugurii foliari (Gemmae sau Turiones) se recoltează primăvara devreme, înainte de desfacerea lor. Se recomandă ca mugurii să se recolteze în parchetele de exploatare forestieră.

Scoarța sau coaja (Cortex) tulpinilor, ramurilor sau rădăcinilor se recoltează, în special, primăvara, la începutul vegetației, cind se desprinde mult mai ușor. Și în acest caz se vor lăsa suficiente ramuri necojite pentru refacerea arbustului sau arborelui.

Frunzele (Folium) se recoltează după ce au ajuns la maximum de dezvoltare, manual dar nu prin strujire pentru a nu se zdrobi, măbind astfel suprafața de contact cu aerul și pentru a nu se distruge celulele ce conțin uleiuri volatile.

Recoltarea florilor (Flores) pentru unele specii se recomandă să se facă în boboc (Salcîmul galben japonez), iar pentru altele la începutul înfloririi sau în timpul înfloririi, înainte de ofilire.

Fructele (Fructus) se recoltează unele în pîrgă (măceşe), cînd conţin maximum de vitamine, iar altele cînd au ajuns la coacere (afine, ienupere, porumbe).

Seminţele (Semen) se recoltează cu puţin înainte de completa maturizare, apoi se întind imediat pentru uscare în straturi subţiri.

Toate aceste materii prime vegetale se usucă imediat după recoltare. În scopuri industriale, uscarea se face în uscătorii special amenajate, iar pentru utilizarea lor în „farmacia casnică”, plantele sau părţile de plantă se usucă în snopuri mici, atîrnate la aer, la umbră sau la soare, de la caz la caz, sau în poduri bine aerisite, puse pe coli de hîrtie, site, rogojini sau prelate curate. Înainte de uscare se va proceda la o condiţionare a părţilor de plantă, înţelegînd prin aceasta îndepărtarea corpurilor străine, a părţilor din plantă care nu sînt indicate, părţile alterate sau atacate de insecte.

După uscare, materiile prime vegetale vor fi ambalate în pungi de hîrtie, săculeţi de pînză sau cutii de carton, în nici un caz în ambalaje din material plastic.

Pentru utilizarea plantelor medicinale ca atare sau sub formă de ceaiuri medicinale, tincturi, extracte, ele trebuie să aibă o puritate cît mai ridicată. Nu se vor folosi plante medicinale provenind din zone unde au fost combătuţi dăunătorii cu mijloace chimice sau plantele recoltate din zone poluate, parcuri, grădini, marginea şoselelor etc.

Înainte de utilizarea sub formă de infuzii, decocturi, extracte sau alte forme farmaceutice destinate în special uzului intern, plantele medicinale vor fi spălate cu apă rece, la fel ca fructele sau zarzavaturile.

RECOMANDĂRI PRIVIND PREPARAREA UNOR FORME FARMACEUTICE SIMPLE

Maceratul este soluţia extractivă apoasă cea mai simplă obţinută din plante la temperatura mediului ambiant. Acest procedeu este indicat pentru speciile care conţin principii active care se extrag la rece, ca de exemplu Nalba mare, Inul, Viscul ş.a. Materia primă vegetală fragmentată sau întreagă

se menține în contact cu cantitatea de apă potabilă prescrisă un timp de 1—12 ore, agitând din când în când. Se filtrează prin tifon și se administrează în aceeași zi.

Infuzia se recomandă, de obicei, a fi preparată din flori sau din părțile de plantă cu țesuturi friabile. Materia primă fragmentată se umectează cu 3 părți de apă, lăsându-se în repaus 5 minute. După acest timp, plantele umectate se aduc într-un vas smălțuit cu apă la fierbere, acoperit cu capac. Vasul se menține 5 minute pe o baie de apă la fierbere, iar apoi se lasă în repaus 15—30 minute. Se filtrează printr-un tifon care se stoarce ușor.

Decoctul este tot o soluție extractivă apoasă obținută la cald din materia primă vegetală fragmentată, umectată la fel ca în cazul infuziei, dar menținută la fierbere cu cantitatea de apă prescrisă, timp de 30 minute, la foc domol sau pe o baie de apă în clocot. Soluția extractivă apoasă astfel obținută se filtrează fierbinte, apoi peste plante se mai adaugă o cantitate de apă fierbinte pentru a completa pierderile prin evaporare. Acest procedeu se întrebunțează în special în cazul materiilor prime vegetale cu consistență dură: rădăcini, scoarțe, unele fructe și semințe.

Toate aceste tipuri de soluții extractive apoase se prepară pentru maximum o zi și se administrează îndulcite cu miere sau zahăr, neîndulcite sau îndulcite cu zaharină sau ciclamat în cazul diabeticilor sau celor care suferă de diaree.

Tinctura este o soluție extractivă hidroalcoolică obținută la temperatura camerei. În medicina casnică, această formă farmaceutică se obține, de obicei, prin macerarea materiei prime în alcool etilic diluat 40—70°, timp de cca. 7 zile, după care urmează filtrarea. Se administrează sub formă de picături în puțină apă.

Siropul, care face parte din categoria soluțiilor extractive apoase, se obține din macerate, infuzii, decocturi sau sucuri de plante la care se adaugă cel puțin 60% zahăr, care asigură o bună conservare în timp. În siropuri se pot adăuga tincturi sau alte substanțe medicamentoase care le măresc eficiența.

Vinul medicinal este o formă farmaceutică obținută din materii prime vegetale fragmentate, dar macerate în vin. Sînt destinate uzului intern, în special pentru stimularea poftei de mîncare, în care scop se administrează cu 1/2 oră înainte de masă. Nu se recomandă celor cu gastrite hiperacide, hipertensivilor și celor cu afecțiuni hepatice. Nu se administrează copiilor.

Inhalafia se obține din plante medicinale bogate în uleiuri volatile sau chiar din uleiuri volatile care se pun în vase smălțuite sau de porțelan, peste care se pune o anumită cantitate de apă clocotită. Vaporii de apă saturați în uleiuri volatile acționează când pătrund prin inhalare în căile respiratorii.

Gargarisme. Se prepară sub formă de infuzie sau decoct din plante și se utilizează sub formă de gargară în stomatite, afte, amigdalită, abcese dentare etc.

Cataplasmele, prișnițele sau compresele, sînt destinate uzului extern și se obțin din diferite soluții extractive apoase sau hidroalcoolice, cu care se îmbibă un tifon sau o bucată de pînză de bumbac curată. Cataplasma se aplică direct pe piele pentru a se obține un efect revulsiv, emolient sau anti-inflamator. Prin acest mod de utilizare se aplică și unele măști cosmetice.

Băile fitoterapeutice sînt forme de utilizare a plantelor medicinale în uzul extern sub formă de băi. Pentru a obține un amestec de plante pentru băi (ceaiuri balneologice), plantele fragmentate se introduc într-un săculeț din tifon dublu. După umectare, săculețul cu plante se fierbe, conform indicației, 10—30 minute, la foc domol, în 3—5 l apă care se pune apoi în cada de baie cu apă, la o temperatură potrivită.

Celelalte forme de preparare sau administrare a plantelor medicinale sau a extractelor obținute din acestea, care necesită instalații industriale, nu intră în obiectivele acestei lucrări. Ele pot fi obținute pe baza unei prescripții medicale de la farmacie.

Băi locale. Acestea se prepară la fel ca băile fitoterapeutice, dar în cantități mai mici de lichid, și se recomandă în cazul unor plăgi purulente, hemoroizi etc.

Oțeturi aromatice. Se prepară prin macerarea plantelor în oțet de vin, în cantitate de 50—100 g plante mărunțite la 1 litru de oțet. Timpul de macerare este de 7—8 zile, după care se filtrează prin tifon, iar la sfîrșit, conținutul tifonului se presează. Oțeturile aromatice se utilizează sub formă de fricțiuni.

Uleiuri medicinale. Se obțin prin macerarea plantelor în ulei comestibil, timp de 4—6 săptămîni. Astfel se prepară uleiurile de Sunătoare, de Mușețel sau alte plante. Se folosesc pentru răni greu vindecabile și arsuri.

PARTEA SPECIALĂ

Din considerente de ordin practic, în cele ce urmează vom da, în ordine alfabetică pe afecțiuni, cele mai utile plante sau ceaiuri medicinale care sînt folosite, în special, ca adjuvante ale tratamentului de bază. Oricît de răspîdită este automedicația în zilele noastre, recomandăm celor care suferă, indiferent de afecțiune, să se adreseze, în primul rînd, medicului, singurul în măsură să precizeze diagnosticul corect și să dea indicațiile terapeutice necesare.

ABCESE DENTARE

Tratamentul trebuie individualizat de către medicul stomatolog ținînd seama de evoluția procesului septic. În faza de debut sau după intervenția medicului, se recomandă :

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Infuzie din 3 linguri de flori la o cană de apă; se ține în gură, ușor încălzită.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului), numai florile care conțin proazulene, adică substanțe active asemănătoare cu cele ale florilor de Mușetel.

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă; se ține în gură, ușor încălzită.

Efecte favorabile se obțin și cu :

Folium Salviae (frunze de Salvie) la care efectul antiseptic se imbină cu cel astringent, cicatrizant.

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de frunze la 100 ml de apă.

Herba Meliloti (Sulfină).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de plantă la 100 ml de apă.

Radix Gei (rădăcină de Cerențel) care, datorită conținutului bogat în tanin, are o acțiune astringentă marcantă.

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă, pentru spălături locale; în zona afectată se pot pune tamponi cu vată sau tifon îmbibate în acest decoct.

Flores et Folium Malvae, Flores et Folium Althaeae (flori și frunze de Nalbă de cultură și Nalbă mare) — conțin mucilagi care le conferă o acțiune emolientă recunoscută.

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe la o cană de apă.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) — conține alantoină care produce o acțiune cicatrizantă.

Gargară cu decoct din 4—5 linguri de rădăcini mărunțite la o cană de apă.

Herba Hyperici (Sunătoare) — are efect calmant în durerile dentare.

Gargară cu infuzie din 2 linguri de plantă la 200 ml de apă.

Ceai pentru gargară

Flores Chamomillae (flori de Mușetel), *Herba Serpylli* (Cimbrisor), *Folium Salviae* (frunze de Salvie) cu acțiune antiinflamatoare și dezinfectantă; *Folium Althaeae* (frunze de Nalbă mare) cu acțiune emolientă; *Capita Papaveris* (capsule de Mac) ușor anestezice; *Radix Gei* (rădăcină de Cerențel) cu acțiune astringentă și hemostatică.

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe la o cană de apă.

ACHILIE

Vezi : SINDROAME DISPEPTICE (anaciditate, hipoaciditate).

ACNEE

Afecțiuni a pielii care se manifestă prin inflamarea glandelor sebacee, asociată adesea cu o infecție microbiană. În afară de tratamentul de bază (dezinfectante, antibiotice, auto-vaccin, tratament hormonal etc.), se pot folosi ca adjuvante plante medicinale cu proprietăți antialergice și diuretice (în uz intern), precum și unele plante dezinfectante și cicatrizante (în uz extern). Se recomandă asocierea tratamentului extern cu cel intern.

INT. *Herba Violae tricoloris* (Trei frați pătași) cu efecte antialergice.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă; se ia câte o lingură la 3 ore.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Infuzie din 2—4 linguri de rădăcini la un litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Decoct din o lingură de rădăcini la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

EXT. *Flores Calendulae* (flori de Gălbenele).

Băi cu infuzie preparată din 15—30 g la un litru de apă.

Cataplasme cu infuzie în aceeași concentrație.

Tinctură din 20 g de flori macerate 8 zile, în 100 ml de alcool; se aplică comprese cu 10 ml de tinctură la 100 ml de apă fiartă și răcită.

Herba et Radix Cichorii (partea aeriană și rădăcină de Cicoare).

Băi sau cataplasme cu infuzie din 20—40 g la un litru de apă.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Comprese cu infuzie din 20—30 g de rădăcini la un litru de apă.

Strobili Lupuli (conuri de Hamei).

Comprese cu infuzie din o lingură la 100 ml de apă.

AEROFAGIE

Vezi : tratamentul indicat la METEORISM.

AFECTIUNI CARDIACE CU SUBSTRAT NERVOS

În tratamentul acestor afecțiuni, plantele medicinale folosite au o influență calmantă mai ales în tulburările neurovegetative (tulburări de ritm cardiac, palpitații, nevroze cardiace).

Herba Leonuri (Talpa gîștii) — planta este cunoscută de multă vreme pentru efectele ei calmante în afecțiunile cardiace.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, dintre care una seara, în cure de câte o săptămână.

Infuzie (pentru cazurile în care se recomandă un consum de lichide mai redus) din 3 linguri de plantă la 200 ml de apă, din care se beau 3—5 linguri pe zi.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 7—8 zile, în alcool de 70° ; se iau câte 20—40 picături, de 2—3 ori pe zi, înainte de mese.

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) — are acțiune sedativă, în general cu efecte mai ales în palitații.

Infuzie din o linguriță de rădăcini la o cană de apă ; se bea treptat în cursul unei zile.

Pulbere — de 3 ori pe zi, câte un vîrf de cuțit.

Tinctură din 20 g de rădăcini macerate în 100 ml alcool de 70°, timp de 8 zile ; se iau de 2—3 ori pe zi, câte 15—20 picături.

Flores cum Folium et Fructus Crataegi (flori cu frunze și fructe de Păducel) — în completarea tratamentului cu digitalice, iar în cazuri mai simple, incipiente, poate înlocui, parțial, tratamentul cu digitalice.

Infuzie din o linguriță la o cană de apă ; cantitatea se bea în cursul unei zile.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 10 zile, în alcool de 70°. Se iau de 3 ori pe zi, câte 10—15 picături.

Ceai calmant împotriva tulburărilor cardiace

În formula acestui ceai intră următoarele componente: *Folium Crataegi cum floribus* (frunze și flori de Păducel), *Radix Valerianae* (rădăcină de Valeriană) și *Herba Leonuri* (Talpa giștii) cu acțiune specifică de sedare a tulburărilor cardiace ; *Flores Tiliae* (flori de Tei) și *Folium Menthae* (frunze de Mentă) antiseptice și antispastice. (Formula Plafar).

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se ia ori de câte ori se simte nevoia, în special seara la culcare.

Se recomandă și următoarele două formule :

Rp. Folium cum floribus sau Fructus Crataegi	} părți egale
(flori cu frunze sau fructe de Păducel)	
Herba Leonuri (Talpa giștii)	
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize.

Rp. Flores sau Folium cum Flores Crataegi (flori sau frunze cu flori de Păducel)	— 20 g
Herba Leonuri (Talpa giștii)	— 25 g
Herba Polygoni (Troscot)	— 45 g
Folium Melissae (frunze de Roiniță)	— 10 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se recomandă 2—3 căni pe zi, în mai multe reprize, dimineata și seara înainte de culcare, în curs de o lună, cu pauze de o săptămână.

AFECȚIUNI VASCULARE

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie din o linguriță de frunze la 100 ml de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Folium Visci (frunze de Visc).

Macerat la rece din 3 lingurițe de frunze care se lasă cca. 8 ore în 1/2 l de apă; se strecoară, se îndulcește și se bea în cursul unei zile.

Pulbere — 1—3 virfuri de cuțit pe zi.

Fructus Cynosbati (fructe de Măceș) conțin vitamina P care contribuie la menținerea permeabilității și fragilității vaselor capilare, normalizând circulația sîngelui la acest nivel.

Infuzie sau decoct (prin fierbere 10 minute) din 2 linguri de fructe la 1/2 l de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Herba Meliloti (Sulfină) dilată vasele periferice, mărește permeabilitatea acestora și ajută la înlăturarea vasoconstricției.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Folium, Herba et Radix Taraxaci (frunze, partea aeriană sau rădăcină de Păpădie) dau bune rezultate în normalizarea circulației sîngelui.

Infuzie din 1—2 lingurițe la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

În *ulcere varicoase* se recomandă cure cu băi locale, cataplasme sau comprese cu următoarele plante care influențează

favorabil circulația sîngelui și au proprietăți antiseptice și cicatrizante :

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Băi locale cu 50—60 g de flori puse într-un săculeț de tifon peste care se toarnă apă în clocot.

Cataplasme cu infuzie (3 linguri de flori la 200 ml apă).

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Băi locale cu infuzie (30—60 g/l).

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) cu efecte cicatrizante datorate alantoinei.

Băi locale sau cataplasme cu decoct (50—60 g/l).

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Băi locale călduțe cu infuzie (30 g/l).

Herba Salicariae (Răchitan).

Băi locale cu infuzie (20—30 g/l).

Comprese cu infuzie (2 linguri de plantă la 100 ml apă).

Folium Urticae (frunze de Urzică).

Băi locale sau cataplasme cu infuzie (40—50 g/l).

A F T E

Cauzele pot fi variate, de obicei datorate unor agenți patogeni (bacterii sau viruși), ori unor agenți fizici sau chimici. Tratamentul local se face cu soluții de bicarbonat sau permanganat de potasiu, cu sau fără asocieri de plante. Se recomandă, de asemenea, infuzii preparate din următoarele părți de plante:

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de flori la 100 ml de apă.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de frunze la 100 ml de apă (efectul crește prin adăugarea de *Radix Gei*—rădăcină de Cerențel 1:1).

Herba Basilici (Busuioc).

Gargară cu infuzie din 2 linguri de plantă la 100 ml de apă.

Herba Meliloti (Sulfină).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de plantă la 100 ml de apă.

Flores Rosarum (petale de Trandafir).

Gargară cu infuzie din 2 linguri de petale la 200 ml de apă.

Macerat din petale de trandafir în miere. Se utilizează cu bune rezultate în tratamentul aftelor și micozelor bucale ale sugarilor, tamponându-se repetat în cursul unei zile zonele respective. Se prepară din 100 g de petale în 400 ml de apă, la foc domol, într-un vas acoperit, timp de 15 minute. După ce se filtrează, peste lichid se adaugă 650 g de miere. Respectind raportul dintre cantități se poate prepara 1/2 sau 1/4 din formulă.

ALERGIE

Stare de reactivitate crescută a organismului datorată alimentelor, bacteriilor, medicamentelor, unor agenți fizici sau diferitelor substanțe chimice alergizante.

Se manifestă prin urticarie, eczeme, edeme, prurit, astm etc.

Unele specii de plante sau ceaiuri medicinale ameliorează simptomele bolii, în special cele ale urticariei.

Herba Violae tricoloris (Trei frați pătați).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă; se ia câte o lingură la 3 ore.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Agrimoniae (Turiță mare) se recomandă în tratamentul alergiilor manifestate prin urticarie.

Infuzie din o lingură de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare) se recomandă în tratamentul alergiilor manifestate prin erupții ale pielii însoțite de mâncărimi.

Decoct din 3 linguri de rădăcini la o cană de apă; se iau 3—4 linguri pe zi.

Rezultate foarte bune se obțin cu una dintre următoarele formule :

Rp. Herba <i>Violae tricoloris</i> (Trei frați pătați)	— 50 g
Flores <i>Millefolii</i> (flori de Coadă șoricelului)	— 10 g
Flores <i>Lavandulae</i> (flori de Levănțică)	— 5 g
Herba <i>Leonuri</i> (Talpa giștii)	— 20 g
Radix <i>Bardanae</i> (rădăcină de Brusture)	— 15 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, timp de o lună.

Rp. Flores <i>Sambuci</i> (flori de Soc)	— 10 g
Herba <i>Violae tricoloris</i> (Trei frați pătați)	— 30 g
Herba <i>Taraxaci</i> (Păpădie)	— 20 g
Radix <i>Taraxaci</i> (rădăcină de Păpădie)	— 20 g
Radix <i>Cichorii</i> (rădăcină de Cicoare)	— 20 g

Decoct (prin fierbere 10 minute) cu o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi pînă la dispariția simptomelor.

Pentru uz extern :

Rp. Oleum <i>Menthae</i> (ulei volatil de Mentă)	— 5 g
Alcool etilic 96°	— 95 g

Se recomandă tamponări cu infuzie în cazul eczemelor; calmează și pruritul.

AMENOREE

Dispariția menstruelor din cauze fiziologice sau patologice, disfuncții hormonale, traumatisme psihice etc.

În cazul în care afecțiunea este datorată altor cauze decît celor fiziologice, se pot utiliza ca adjuvant unele specii de plante în următoarea formulă :

Rp. Cortex <i>Frangulae</i> (coață de Crușin)	— 30 g
Herba <i>Centauri</i> (Țintaură)	— 10 g
Herba <i>Millefolii</i> (Coadă șoricelului)	— 20 g
Herba <i>Hyperici</i> (Sunătoare)	— 10 g
Herba <i>Thymi</i> (Cimbru)	— 20 g
Fructus <i>Foeniculi</i> (Fenicul)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 ceaiuri calde pe zi.

AMIGDALITĂ

Se manifestă prin inflamarea acută sau cronică a amigdalelor palatine, caracterizată prin deglutiție (înghițire) dureroasă. Pe lângă tratamentul de bază indicat de medic, unele plante medicinale sub formă de infuzie sau decoct pentru gargară, prin acțiunea lor dezinfectantă și antiinflamatoare, ameliorează simptomele bolii.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Gargară cu infuzie din 3 linguri de flori la o cană de apă (se adaugă 4 g acid boric).

Cortex Salicis (coajă de Salcie).

Gargară cu decoct din 4 linguri de coajă la o cană de apă.

Ceai pentru gargară.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel), *Herba Serpylli* (Cimbrișor), *Folium Salviae* (frunze de Salvie) — antiinflamatoare și dezinfectante; *Folium Althaeae* (frunze de Nalbă mare) — emoliente; *Capita Papaveris* (capsule de Mac) — ușor anestezice; *Radix Gei* (rădăcină de Cerențel) — astringentă și hemostatică. (Formula Plafar).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă.

O altă formulă mai simplă :

Rp. <i>Flores Lavandulae</i> (flori de Levănțică)	} părți egale
<i>Flores Chamomillae</i> (flori de Mușetel)	
<i>Herba Serpylli</i> (Cimbrișor)	

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă.

ANACIDITATE

Vezi : SINDROAME DISPEPTICE.

ANGINĂ PECTORALĂ

(Angor pectoris)

Se manifestă printr-o criză acută, dureroasă a miocardului datorită emoțiilor, supraefortului, frigului etc. Ca manifestări subiective se amintesc frica puternică, dureri puternice în stern și în braț. În cazul acestei afecțiuni se va recurge imediat la ajutorul medical de specialitate.

Pînă la sosirea medicului, se poate administra bolnavului unul dintre următoarele ceaiuri medicinale :

Rp. Herba Leonuri (Talpa giştii)	— 30 g
Folium Menthae (frunze de Menthă)	— 20 g
Herba Anserinae (Coadă racului)	— 10 g
Herba Serpylli (Cimbrisor de cîmp)	— 10 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 20 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi în timpul crizelor.

Rp. Herba Leonuri (Talpa giştii)	— 30 g
Herba Millefolii (Coadă şoricelului)	— 20 g
Herba Anserinae (Coadă racului)	— 20 g
Flores Verbasci (flori de Luminărică)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; 1—2 căni pe zi.

Rp. Flores Tiliae (flori de Tei)	— 50 g
Flores Crataegi (flori de Păducel)	— 10 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 10 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; 1—2 căni în timpul crizei.

ANOREXIE

Prin acest termen medical se înţelege lipsa poftei de mincare. Pentru combaterea acestei afecţiuni se utilizează plante care stimulează prin reflex secreţiile gastrice. Se administrează cu 1/2 oră înainte de masă.

Radix Gentianae (rădăcină de Ghinţură).

Preparatele din rădăcină de Ghinţură pot fi date şi copiilor sub formă de infuzie, sirop sau tinctură.

Infuzie sau decoct din o jumătate de linguriţă de rădăcină la o cană de apă ; se bea cite un sfert de cană înaintea meselor principale.

Tinctură din 20 g de rădăcini macerate 7—8 zile, în 100 ml alcool. Înainte de mese se iau 5—10 picături pentru copii şi 10—15 picături pentru adulţi.

Vin tonic. Se prepară din 3 linguri de rădăcină macerate 24 ore, în 60 ml alcool de 80°, în vas închis. Se adaugă apoi

1 litru de vin și se lasă la macerat încă 10 zile, agitându-se între timp. Se filtrează și se adaugă 100—200 g de zahăr. Se ia câte o lingură, cu jumătate de oră înainte de mese (este contraindicat pentru copii).

Sirop. Peste o lingură de rădăcini se adaugă 150 ml de apă în clocot și se lasă la macerat 6 ore, după care se filtrează. Se adaugă 1/4 kg de zahăr, se fierbe și se filtrează din nou. Se iau 3—4 lingurițe pe zi, înainte de mese.

Herba Centauri (Țintaură).

Infuzie din o linguriță de plantă, din care se bea câte un sfert, cu câte o jumătate de oră înainte de mese.

Sirop din infuzie preparată din 2 linguri de plantă la 300 ml de apă, la care se adaugă, după filtrare, 1/2 kg de zahăr. Copiilor li se administrează câte un păhărel înaintea meselor principale.

Lichen Islandicus (Lichen de piatră) — specie de lichen din zona alpină a Carpaților, cu gust amar. Stimulează secrețiile biliare și pancreatice.

Decoct din o linguriță de plantă la o cană de apă. Pentru neutralizarea acidității se adaugă un virf de cuțit de bicarbonat de sodiu. Se bea câte un sfert de cană, înainte de mese.

Tinctură preparată din 20 g de lichen macerat 8 zile, în 100 ml alcool, din care se iau câte 15—20 picături înainte de mese.

Speciile menționate se pot asocia cu plantele următoare care conțin uleiuri volatile și stimulează secreția gastrică :

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, înainte de mese.

Fructus Anisi, Coriandri, Foeniculi (fructe de Anason, Coriandru, Fenicul).

Infuzie din o jumătate linguriță la o cană de apă ; se bea câte o cană de infuzie caldută, înainte de mese.

Herba Majoranae (Măghiran).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau două căni pe zi, înainte de mese.

Mai stimulează secreția gastrică, prin acțiune hipereimantă la nivelul mucoasei gastrice :

Ceai tonic aperitiv

Radix Gentianae (rădăcină de Ghințură), Rhizoma Calami (rizom de Obligeană), Herba Centauri (Țintaură), Herba Cnici (Schinel), Herba Absinthii (Pelin) — tonic amare; Fructus Cynosbati (Măceșe) — vitaminizante; Fructus Coriandri (Coriandru) — aromatizant. (Formula Plafar).

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, cu jumătate de oră înainte de mesele principale.

ANURIE

Vezi: ANTIDIUREZĂ.

ANTIDIUREZĂ

Se manifestă prin reducerea debitului urinar la cca. 100 ml în 24 ore, până la suprimarea lui (Anurie). În cazurile ușoare, se recomandă plante cu acțiune diuretică, în special sub formă de infuzie sau decoct.

Speciile diuretice mai importante sînt următoarele:

Stipites Cerasorum (cozi de Cireșe).

Decoct din 2 linguri de cozi de cireșe la 1/2 litru de apă, cantitate minimă care se bea în cursul unei zile.

Herba Equiseti (Coadă calului).

Decoct din 4-5 lingurițe de plantă la 1 1/2 litru de apă; se bea în cursul unei zile.

Maceratul la rece 10—12 ore, cu aceleași proporții, are, după unii autori, o eficiență mai mare.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Decoct din 10—20 boabe la un litru de apă; se bea în cursul unei zile.

Nu se va administra în timpul sarcinii și bolnavilor cu leziuni renale.

Folium Vitis idaei (frunze de Merișor).

Decoct din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Extracție dublă : macerare la rece, o oră, a 2 lingurițe de frunze în 100 ml de apă ; se filtrează, apoi cu frunzele extrase la rece se va face un decoct în 100 ml apă. Cele două soluții extractive se amestecă. Se ia, la 3—4 ore, câte o lingură.

Se va evita administrarea în timpul sarcinii.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn) care pe lângă efectul diuretic, stimulează, totodată, eliminarea de toxine și a acidului uric, fără a irita parenchimul renal.

Infuzie din 2—3 linguri de frunze la o cană de apă. Când temperatura apei a ajuns la 40°, se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu și se filtrează după 6 ore. Se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2—3 linguri de frunze la o cană de apă, la care se adaugă, cînd temperatura ajunge la 40°, un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu ; se bea în cursul unei zile, în două reprize.

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal).

Infuzie sau decoct din o linguriță la o cană de apă ; se beau 3—4 căni pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Infuzie din o linguriță la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri la o cană de apă ; se ia câte o lingură la 3 ore.

Herba Polygoni (Troscot)

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă ; se iau 3 linguri pe zi.

Flores Cyani (flori de Albăstrele).

Infuzie din 1 1/2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se ia câte un sfert de cană, cu 20 minute înainte de masă.

Folium Frazini (frunze de Frasin).

Infuzie din 1—2 linguri de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcini de Ciuboțica cucului) au, în primul rînd, o acțiune pectorală, dar și diuretică.

Infuzie (din flori) din 1—2 lingurițe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Decoct (din rădăcini) din o linguriță la o cană de apă, la care se adaugă și un vîrf de cuțit de bicarbonat ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores et Fructus Pruni spinosi (flori și fructe de Porumbăreș) — florile diuretice și laxative, fructele, diuretice, astringente.

Infuzie (din flori), decoct (din fructe), o linguriță la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Folium Myrtilli (frunze de Afine) sînt diuretice și cu proprietăți hipoglicemizante.

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Folium Cynaræ (frunze de Anghinare) mult utilizate în afecțiuni hepatobiliare ; mărește eliminarea ureei și a altor substanțe toxice la nivelul ficatului și al rinichilor.

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Folium, Herba et Radix Taraxaci (frunze, planta întreagă și rădăcină de Păpădie) utilizate în dischinezii biliare și în tulburări metabolice ; au și acțiune diuretică.

Infuzie (sau din rădăcini, decoct) din 1—2 lingurițe la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Folium Urticæ (frunze de Urzică).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Herba Violæ (Treiaș) are o mare eficacitate diuretică și antialergică.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă ; se ia câte o lingură la 3 ore.

Radix Bardanæ (rădăcină de Brusture) este diuretică, depurativă, ușor hipoglicemizantă.

Infuzie sau macerat la rece, 6—8 ore, din 2—4 linguri de rădăcini la un litru de apă. Această cantitate se bea în cursul unei zile.

Fructus Phaseoli sine seminibus (tecă de Fasole) au acțiune diuretică dar și una hipoglicemizantă.

Decoct din o lingură de tecă la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi.

Extracție dublă : 4 linguri de tecă se lasă peste noapte la macerat la rece, apoi se face decoctie pînă ce volumul de lichid scade la jumătate ; se bea în cursul unei zile.

Fructus Cynosbatii (Măceș) cu proprietăți vitaminizante, dar și diuretice datorită achenelor (impropriu numite semințe). Nu au acțiune iritantă la nivelul parenchimului renal. Se recomandă în cure de lungă durată.

Infuzie (sau decoct prin fierbere timp de 10 minute) din 2 linguri de fructe la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Gemmae Populi (muguri de Plop) — utilizați pentru afecțiuni respiratorii, au și proprietăți diuretice.

Infuzie din 1—2 lingurițe de muguri la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Turiones Pini (muguri de Pin) sînt și ei foarte utili în afecțiunile căilor respiratorii; totodată au și proprietăți diuretice.

Infuzie din o linguriță de muguri la o cană de apă; se beau 3 căni pe zi.

Ceai diuretic 2

Flores Cyani (flori de Albăstrele), Folium Vitis idaei (frunze de Merișor), Folium Betulae (frunze de Mesteacăn), Herba Equiseti (Coadă calului), Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal), Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui), Semen Cynosbati (achene de Măceș), Stigmata Maydis (mătase de Porumb). (Formula Plafar).

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Ceai diuretic 3

Herba Equiseti (Coadă calului), Herba Trioni (Zămoșită), Stipites Cerasorum (cozi de Cireșe) și Stigmata Maydis (mătase de Porumb), la care se adaugă Herba Millefolii (Coadă șoricelului) ca dezinfectant. (Formula Plafar).

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Se alternează cu ceaiul diuretic formula 2.

Alte ceaiuri medicinale diuretice:

Rp. Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 40 g
Folium Visci (frunze de Visc)	— 20 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 40 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 3 căni pe zi, recomandîndu-se în nefrită cu hipertonie.

Rp. Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului)	} părți egale
Herba Equiseti (Coadă calului)	

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Rp. Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 50 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 20 g
Stigmata Maydis (mătase de Porumb)	— 30 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Herba Polygoni (Trosot)	— 30 g
Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului)	— 20 g
Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal)	— 30 g
Fructus Cynosbati (Măceșe)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau la prînz 1—2 căni, calde.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 10 g
Flores Pruni spinosi (flori de Porumbar)	— 10 g
Folium Myrtilli (frunze de Afin)	— 30 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 20 g
Herba Hyperici (Sunătoare)	— 15 g
Fructus Phaseoli s.s. (teci de Fasole)	— 15 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se bea o cană, seara la culcare, cald.

Rp. Herba Equiseti (Coadă calului)	— 30 g
Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui)	— 20 g
Fructus Cynosbati (Măceșe)	— 20 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 10 g
Stipites Cerasorum (cozi de Cireșe)	— 20 g

Infuzie din 1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se beau 3 căni pe zi.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 15 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 30 g
Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 15 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 20 g
Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui)	— 10 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 10 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

ARSURI

Tratamentul se aplică extern sub formă de comprese, spălături, unguente sau uleiuri. Se utilizează plantele cu acțiune antiseptică, cicatrizantă și calmantă.

Spălături locale sau comprese cu soluții apoase :

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Băi locale cu infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Comprese cu infuzie din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele).

Băi sau comprese cu infuzie preparată din 15—20 g flori la un litru de apă.

Tinctură din 20 g flori macerate 8 zile, în 100 ml alcool ; se fac comprese cu 10 g tinctură, la 100 ml apă fiartă și răcită.

Herba Hyperici (Sunătoare).

Băi sau comprese cu infuzie din 30 g de plantă la un litru de apă.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă).

Băi locale sau comprese cu decoct preparat din 4—5 linguri de rădăcini la o cană de apă.

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Băi locale cu infuzie din 20 g de muguri la un litru de apă.

Unguente și uleiuri medicinale

Herba Hyperici (Sunătoare).

Ulei preparat prin macerarea a 20 g plantă mărunțită în 200 ml ulei, timp de 4—6 săptămîni, după care se filtrează prin tifon dublu. Un alt mod de preparare mai rapid : 20 g plantă mărunțită se umectează cu 20 ml alcool și se ține la macerat 24 ore, după care se adaugă 200 ml ulei și se fierbe 3 ore pe baie de apă, agitîndu-se din cînd în cînd. Se lasă 2—3 ore și se filtrează prin presare. Se păstrează la întuneric și răcoare. Se fac pansamente.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Ulei preparat din 20 g de flori mărunțite care se umectează cu 2 linguri alcool, timp de 2—3 ore, după care se adaugă 200 ml de ulei și se fierbe pe baie de apă timp de 2—3 ore, agitîndu-se din cînd în cînd. Se filtrează prin presare. Se păstrează în sticle închise la culoare și se folosește la nevoie pentru pansamente.

Semen Lini (semințe de In).

Ulei de in amestecat cu același volum de apă de var, într-o sticlă curată, pînă se formează un lichid alb-lăptos cu care se ung zonele cu arsuri.

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Unguent preparat din 20 g de muguri zdrobiți, umectați, 24 de ore, cu 5 ml de alcool; se adaugă apoi 100 g de untură și 5 g de ceară de albine, se ține pe baie de apă 3 ore, se filtrează prin tifon și se freacă pînă se formează unguentul.

Uleiul se prepară în același mod, dar în loc de untură și ceară se pune ulei de floarea-soarelui.

Rp. Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 10 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 30 g
Folium Menthae (frunze de Menta)	— 10 g
Cortex Quercus (coajă de Stejar)	— 20 g

Comprese cu infuzie din 2 linguri de amestec la o cană de apă.

ARTERIOSCLEROZĂ

Afecțiune arteriolară caracterizată prin rigiditatea pereților vasculari, consecință a vîrstei, a exceselor de grăsimi alimentare, a unor boli infecțioase, a sedentarismului, a alcoolismului și a unor factori de predispoziție ereditară.

Pînă în prezent, în flora țării noastre nu au fost identificate specii cu acțiune specifică în această afecțiune. Ca adjuvante, unele specii dau rezultate satisfăcătoare în tratamentul de lungă durată, pînă la două luni.

Folium Visci (frunze de Visc) au, în principal, proprietăți antihipertensive.

Macerat la rece din 2—3 lingurițe de frunze care se lasă cca. 8 ore în 1/2 l de apă, după care se filtrează, se îndulcește și se bea în cursul unei zile, timp de 2 săptămîni.

Pulbere — 1-3 virfuri de cuțit pe zi, timp de 2—3 săptămîni.

Flores, Folium et Fructus Crataegi (flori, frunze și fructe de Păducel).

Infuzie din o linguriță la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile, timp de 1—2 săptămîni.

Herba Bursae pastoris (Traista clobanului).

Infuzie din 2—3 linguri de plantă la 200 ml de apă; se iau 4—5 linguri pe zi.

Infuzie din o linguriță la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi (efectul crește prin asociere cu *Herba Equiseti* — Coadă calului, cu care se face un amestec în părți egale).

Plante care intervin în scăderea nivelului colesterolului în sânge prin influențarea metabolismului acestuia la nivelul ficatului :

Folium Cynarae (frunze de Anghinare).

Infuzie din o lingură de frunze la 1/2 litru de apă ; jumătate se bea dimineața, pe stomacul gol, după care se stă în repaus pe partea dreaptă jumătate de oră, iar restul cu cca. 30 minute înainte de mesele principale. Se fac cure progresive de 20—30 zile (pornindu-se cu cantități mici), cu pauze de o lună.

Plante care favorizează, de asemenea, eliminarea colesterolului ;

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 linguri de frunze la o cană de apă. În cursul răcirii se adaugă pentru neutralizare un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu ; se beau 1—2 căni în cursul unei zile.

Folium et Herba Taraxaci (Păpădie — părțile aeriene ale plantei).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se iau 2—3 căni pe zi, 2—3 săptămîni.

Pe baza unor cercetări, au efecte favorabile și *Folium Plantaginis* (frunze de Pătlagină).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se ia cîte o lingură la 2—3 ore.

Rp. *Folium Visci* (frunze de Visc) — 30 g

Flores, Folium, Fructus Crataegi
(Păducel-flori, frunze, fructe) — 20 g

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) — 10 g

Folium Cynarae (frunze de Anghinare) — 20 g

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn) — 20 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, dimineața și seara.

Rp. *Folium Visci* (frunze de Visc) — 20 g

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn) — 40 g

Herba Equiseti (Coadă calului) — 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; dimineața și seara câte o cană.

Rp. Folium Visci (frunze de Visc)	— 20 g
Fructus Crataegi (fructe de Păducel)	— 20 g
Radix Valerianae (rădăcini de Valeriană)	— 30 g
Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 5 g
Flores Chamomillae sau Flores Millefolii (flori de Mușețel sau de Coadă șoricelului)	— 15 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 10 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	} părți egale
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	
Herba Equiseti (Coadă calului)	
Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui)	
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	

Decoct din o linguriță de amestec la o cană de apă; la prinz se beau 1—2 căni cu ceai cald.

OBSERVAȚIE. Se recomandă asocierea usturoiului, fie în alimentație, fie sub formă de tinctură (10—20%).

ASTM BRONȘIC

Afecțiune caracterizată prin senzația lipsei de aer, cu expirație dificilă provocată de un bronhospasm cu patogenie alergică, neurogenă sau de altă natură. Spasmele sînt însoțite, de obicei, de tuse cu expectorație și senzație de sufocare.

Se utilizează plante cu acțiune antiseptică, expectorante, sedative generale, vasodilatatoare.

Herba Serpylli et Thymi vulgaris (Cimbrișor de cîmp, Cîmbu de cultură) care calmează spasmele și tusea astmatică.

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie din 2—3 linguri de plantă la o cană de apă; se iau 2—3 linguri pe zi.

Herba Marrubii (Unguraș) calmează, de asemenea, spasmele.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă; se iau 3 linguri pe zi.

Herba Hyssopi (Isop) specie bogată în ulei volatil.

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Origani (Sovîrv).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Leonuri (Talpa giștii) are o acțiune calmantă în bronhospasme.

Infuzie din 3 linguri de plantă la o cană de apă ; se iau 3—5 linguri pe zi.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 7—8 zile, în 100 ml de alcool ; se iau 20—40 picături, de 2—3 ori pe zi.

Folium Visci (frunze de visc) au acțiune hipotensivă și antispastică.

Pulbere — 3 vîrfuri de cuțit pe zi.

Macerat la rece din 3—4 lingurițe de frunze la o cană de apă, 7—8 ore ; se beau 2—3 căni pe zi.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — calmează tusea.

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare) — cu acțiune anti-spastică și antitusivă marcantă.

Decoct din 3—4 linguri de rădăcini la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană).

Pulbere — de 3 ori pe zi, cite un vîrf de cuțit.

Infuzie din o linguriță de rădăcini la o cană de apă ; se bea în cursul unei zile.

Tinctură din 20 g de plantă macerată, 8 zile, în 100 ml alcool ; se iau cite 15—20 picături, de 2—3 ori pe zi.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — în special, pentru calmarea astmului bronșic al copiilor și în forme alergice.

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Dintre speciile cu acțiune emolientă, datorită mucilagiilor conținute, ca adjuvant se pot folosi :

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se ia treptat în cursul unei zile.

Flores et Folium Farfarae (flori și frunze de Podbal).

Infuzie din 2—3 linguri la o cană de apă ; se bea cite o lingură, la 2—3 ore.

Ceai antiastmatic

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului), Folium Menthae (frunze de Mentă), Folium Salviae (frunze de Salvie), Herba Hyssopi (Isop), Herba Marrubii (Unguraș), Herba Sempylly (Cimbrisor) — antiseptice, bronhodilatatoare și antispastice; Herba Leonuri (Talpa giștii) — sedativ nervos și cardiac; Folium Crataegi c.fl. (Păducel cu flori — vasodilatator coronarian. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, în cure de lungă durată.

Țigări antiastmatice — se folosesc în perioadele acute de dificultate respiratorie, mergând pînă la sufocare. Produc o dilatare a bronhiilor, o liniștire a spasmelor, crește ventilația pulmonară, uneori fiind suficiente numai cîteva fumuri. Sînt preparate din:

Flores Meliloti (flori de Sulfină), Folium Belladonnae (frunze de Mătrăgună), Folium Farfarae (frunze de Podbal), Folium Hyosciami (frunze de Măselariță), Folium Menthae (frunze de Mentă), Folium Stramonii (frunze de Laur), azdat de potasiu. (Formula Plafar).

Rp. Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 40 g
Flores Malvae glabrae (flori de Nalbă)	— 30 g
Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 20 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 3—4 căni pe zi.

Rp. Flores Sambuci (flori de Soc)	— 30 g
Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină)	— 30 g
Folium Visci (frunze de Visc)	— 10 g
Herba Violae tricoloris (Trei frați pătați)	— 30 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—4 căni pe zi.

Rp. Folium Visci (frunze de Visc)	— 80 g
Herba Thymi (Cimbru de cultură)	— 20 g

Macerat la rece, timp de 8 ore, din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize.

Rp. Flores Primulae (flori de Ciuboțica cucului)	— 20 g
Radix Primulae (rădăcină de Ciuboțica cucului)	— 15 g
Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 30 g
Semen Lini (semințe de In)	— 30 g

Macerat la rece 6 ore, din o lingură de amestec la o cană de apă, după care se infuzează; se beau 1—2 căni pe zi.

ATEROSCLEROZĂ

Afecțiune caracterizată prin depuneri de steroame pe pereții arteriolari din rinichi, creier, inimă. Este asociată de obicei cu arterioscleroza.

Pentru tratamentul adjuvant : vezi ARTERIOSCLEROZĂ.

AVITAMINOZE

Boli datorate lipsei uneia sau mai multor vitamine din alimentație, care apar în special la sfârșitul iernii, când alimentația din zona temperată este mai săracă în fructe, legume sau zarzavaturi proaspete.

Majoritatea plantelor medicinale conțin vitamine, în special acid ascorbic (vitamina C), provitamina A, vitamina PP, K etc.

Speciile cu un conținut ridicat în vitamine sînt, în special, Măceșul, Cătina albă, Coacăzul negru, Ciuboțica cucului ș.a. Fructele primelor trei specii menționate și frunzele ultimei specii, în cazul în care au fost bine recoltate și bine uscate, își păstrează o bună parte din conținutul lor în vitamine. Din acestea se pot prepara infuzii, băuturi răcoritoare sau siropuri.

Fructus Cynosbati (Măceșe).

Infuzie (5 minute) din o lingură de fructe, fără semințe, la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Băutură răcoritoare din 100 g de măceșe macerate într-un litru de apă rece, timp de 12 ore, cu adaos de 100 g de zahăr ; apoi se filtrează și se păstrează la rece.

Sirop de casă : peste 250 g de măceșe uscate se pun în 1,5 l de apă în clocot și se lasă la macerat 12 ore, apoi se filtrează și se adaugă 1/2 kg de zahăr, fierbindu-se pînă la consistența siropoasă.

Fructus Hippophaë (fructe de Cătină).

Pe lângă aportul de vitamine, fructele de Cătină albă sînt laxative și diuretice.

Infuzie din 1—2 lingurițe de fructe uscate la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Un ceai din plante medicinale indicat zilnic în perioada de iarnă și primăvară, în special, este următorul :

Rp. Fructus Cynosbati (Măceșe)	— 30 g
Fructus Hippophaë (fructe de Cătină)	— 20 g
Folium Primulae (frunze de Ciuboțica cucului)	— 10 g
Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 20 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 10 g
Folium Rubi idaei (frunze de Zmeur)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se poate folosi și ca ceai alimentar. Se beau 1—2 căni pe zi.

BALONĂRI

Vezi : METEORISM.

BOALA REUMATISMALĂ

Bolile reumatismale sînt afecțiuni localizate la nivelul aparatului locomotor și cardiovascular, care se manifestă prin leziuni inflamatorii sau degenerative ale țesutului conjunctiv.

Ca adjuvante în tratamentul bolilor reumatismale sînt recomandate unele specii de plante sub formă de ceaiuri medicinale în tratamentul intern, iar altele pentru uz extern sub formă de băi, comprese sau fricțiuni.

INT. *Cortex Salicis* (coajă de Salcie) — este printre cele mai importante remedii antireumatice.

Decoct din 2 linguri de coajă la o cană cu apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Pulbere — 2—3 vîrfuri de cuțit pe zi.

Flores Sambuci (flori de Soc) — prin diureza și mai ales sudorația puternică, ajută la eliminarea de toxine.

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 3—4 căni pe zi.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se lasă să se răcească la cca. 40°C, se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu, iar după 6 ore se filtrează și se beau cîte 1/2 cană la interval de 4 ore.

Folium Fraxini (frunze de Frasin).

Infuzie din 1—2 linguri de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 40 g
Flores Calendulae (flori de Gălbenele)	— 10 g
Flores Cyani (flori de Albăstrele)	— 10 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 10 g
Radix Bardanae (rădăcină de Brusture)	— 15 g
Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal)	— 15 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, dintre care prima dimineata, pe stomacul gol.

Rp. Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 50 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 40 g
Folium Fraxini (frunze de Frasin)	— 10 g

Decoct din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau la prinz 1—2 căni de ceai cald.

Rp. Fructus Phaseoli sine seminibus (teci de Fasole)	— 30 g
Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 30 g
Radix Gentianae (rădăcină de Ghințură)	— 5 g
Herba Millefolii (Coadă șoricelului)	— 15 g
Herba Urticae (Urzică)	— 15 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 5 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

EXT. Pentru băi sau comprese :

Cortex Salicis (coajă de Salcie).

Decoct din 100—150 g de coajă la un litru de apă : se filtrează și se adaugă în apa de baie caldă la 30—35°C.

Turiones Pini (muguri de pin).

Decoct din 150 g de muguri la un litru de apă ; se strecoară și se adaugă la apa de baie.

Herba Meliloti (Sulfină).

Comprese calde cu infuzie preparată din 3 linguri de plantă la o cană de apă, aplicate pe locul dureros.

Herba Lamii albi (Urzică moartă albă) cu acțiune binefăcătoare asupra umflăturilor.

Băi locale sau cataplasme cu infuzie preparată din 50 g de plantă la un litru de apă.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) se recomandă în-deosebi în artrite.

Băi locale sau comprese cu decoct preparat din 60—80 g de plantă la un litru de apă.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Decoct din 100 g de fructe la un litru de apă care se adaugă în apa de baie.

Farina Sinapis nigra (făină de Muștar).

Băi locale, timp de 25—30 minute, cu 25—30 g făină de muștar pusă într-un săculeț peste care se toarnă 2—3 litri de apă caldă.

Băi generale cu 250 g de făină de muștar pusă într-un săculeț care se agită în apa de baie.

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Fricțiuni cu tinctură din 1 g de muguri macerați 2—3 zile, în 100 ml de alcool 80°.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Fricțiuni cu soluție din 1—2 g de ulei la 100 ml de alcool.

Rp. Tinctura Capsici (tinctură de Ardei iute) — 30 ml

Tinctura Populi (tinctură de muguri de Plop) — 40 ml

Tinctura Juniperi (tinctură de Ienupăr) — 25 ml

Oleum Menthae (ulei volatil de Mentă) — 2 ml

Oleum Pini Montanae (ulei volatil de Pin) — 1 ml

Oleum Lavandulae (ulei volatil de Levăn-
țică) — 1 ml

Oleum Coriandri (ulei volatil de Coriandru) — 1 ml

Extern, se folosește pentru fricțiuni locale.

BRONȘITA

În funcție de stadiul incipient de inflamație a bronhiilor, numită și faza iritativă, sau în faza a doua de coacțiune a bronșitei, se utilizează două grupuri de plante. Primele, cu acțiune emolientă și calmantă, conțin în special mucilagii, iar cea de-a doua categorie de plante, cu proprietăți expectorante, conțin saponozide și uleiuri volatile.

Pentru faza incipientă iritativă se recomandă :

Flores, Folium et Radix Althaeae (flori, frunze și rădăcini de Nalbă mare).

Din flori și frunze se prepară o infuzie din o linguriță la o cană de apă ; se bea 1—2 căni pe zi. Se pot utiliza și florile de Nalbă de cultură (*Flores Mulvae*).

Din rădăcină se prepară un macerat la rece, din o linguriță la o cană de apă, timp de o oră (se adaugă și un vîrf de cuțit de bicarbonat). Se strecoară, se îndulcește și se bea treptat în cursul unei zile.

Flores Verbasci (flori de Luminărică).

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă; se bea în cursul unei zile.

Flores et Folium Farfarae (flori și frunze de Podbal).

Infuzie concentrată din 2—3 linguri la o cană de apă; se bea o cană la 2—3 ore.

Flores Tiliae (flori de Tei) inclusiv în faza de coctiune, fiind și expectorante.

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă; se bea treptat în cursul unei zile.

Folium Pulmonariae (frunze de Plăminărică).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Lichen Islandicus (Lichen de piatră).

Decoct (prin fierbere 5 minute) din o linguriță de lichen la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, eventual cu lapte.

Tinctură din 20 g de licheni macerați, 8 zile, în 100 ml de alcool; se iau 30—50 picături, de 3 ori pe zi.

Rp. Flores Verbasci (flori de Luminărică)	— 10 g
Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 30 g
Folium Malvae (frunze de Nalbă)	— 10 g
Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină)	— 30 g
Folium Pulmonariae (frunze de Plăminărică)	— 10 g
Lichen Islandicus (Lichen de piatră)	— 10 g

Infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, îndulcite cu miere sau zahăr.

Rp. Flores Tiliae (flori de Tei)	— 30 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 20 g
Flores Verbasci (flori de Luminărică)	— 5 g
Folium Malvae (frunze de Nalbă)	— 30 g
Herba Serpylli (Cimbrisor de cimp)	— 10 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 5 g

Infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi îndulcite cu miere sau zahăr.

În faza avansată de coctiune a bronșitei sau în bronșita cronică se recomandă:

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcină de Ciuboțica cucului) — fluidifică secrețiile bronșice și ușurează eliminarea lor.

Din flori se prepară o infuzie din 1—2 lingurițe la o cană de apă ; se bea în cursul unei zile, treptat.

Din rădăcini se prepară un decoct din o linguriță la o cană de apă (se adaugă și un virf de cuțit de bicarbonat de sodiu) ; se bea pînă la o cană pe zi, în mai multe reprize, cite 1—2 linguri la intervale de 2—3 ore.

Radix Saponariae ; *Radix Gypsophyllae* (rădăcină de Săpunariță sau Ciuin roșu ; Ipcârige sau Ciuin alb) — de asemenea, bogate în saponozide care le conferă proprietăți expectorante.

Decoct din o linguriță la o cană de apă ; se iau 3—5 linguri pe zi.

Macerat la rece din o linguriță la o cană de apă, 2—3 ore ; cantitatea de macerat se bea în cursul unei zile.

Dozele sînt date pentru *Radix Saponariae*. Pentru *Radix Gypsophyllae*, acestea vor fi de 2—3 ori mai reduse.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare) are acțiune expectorantă și calmantă a spasmelor.

Decoct din 4 linguri de rădăcini la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Infuzie din 2—3 lingurițe de rădăcini la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Decoct din 10—20 g de rădăcini la un litru de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Eryngii plani (Scal vinăt) se numără printre plantele medicinale cele mai eficiente chiar în tusea convulsivă.

Decoct din 2 linguri de plantă la o cană de apă ; se beau 4 linguri pe zi (de preferință bine îndulcite cu miere).

Fructus Anisi (Anason).

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Fructus Carvi (Chimion).

Infuzie din 1 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Fructus Foeniculi (Fenicul).

Infuzie din 5—6 fructe la o ceașcă de apă pentru copiii mici.

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă pentru maturi; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Serpylli et Thymi vulgaris (Cimbrișor de câmp sau Cimbru de grădină) — cu acțiune expectorantă și de calmare a spasmelor bronșice.

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie din 2—3 linguri de plantă la o cană de apă; se iau 2—3 linguri pe zi.

Ceai antibronșitic — util atât în faza iritativă, cât și în faza de coacțiune:

Folium Farfarae (frunze de Podbal), *Folium Plantaginis* (frunze de Pătlagină) — emoliente. *Herba Origani* (Sovirv), *Radix Inulae* (rădăcină de Iarbă mare), *Turiones Pini* (muguri de Pin) — în afară de acțiunea expectorantă datorită uleiurilor eterice sînt și antiseptice; *Radix Primulae* (rădăcină de Ciuboșica cucului) — fluidifică secrețiile bronșice; *Folium Urticae* — cicatrizant și antihemoragic. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, de preferință îndulcite cu miere.

Ceai pectoral — recomandat, în special, în faza de coacțiune a tusei completează acțiunea ceaiului antibronșitic.

Flores Tiliae (flori de Tei), *Flores et Folium Malvae* (flori și frunze de Nalbă) — cu acțiune emolientă. Dintre celelalte plante care au acțiune expectorantă: *Flores Primulae* (flori de Ciuboșica cucului) au, în special, rol de fluidificare a secreției bronșice; *Herba Serpylli* (Cimbrișor) și *Herba Violae tricoloris* (Trei frați pătați) sînt și calmante ale tusei, iar *Herba Hyssopi* (Isop) și *Fructus Foeniculi* (fructe de Fenicul) sînt antiseptice. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. <i>Folium Plantaginis</i> (frunze de Pătlagină)	— 30 g
<i>Folium Malvae</i> (frunze de Nalbă)	— 20 g
<i>Herba Serpylli</i> (Cimbrișor de câmp)	— 10 g
<i>Gemmae Populi</i> (muguri de Plop)	— 20 g
<i>Radix Primulae</i> (rădăcină de Ciuboșica cucului)	— 10 g
<i>Fructus Foeniculi</i> (fructe de Fenicul)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi. Pentru copii 6 linguri pe zi.

Rp. Flores Primulae (flori de Ciuboțica cucului) — 30 g
Folium Melissae (frunze de Roiniță) — 40 g
Fructus Anisi (fructe de Anason) — 15 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — 15 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Sirupus Turionis Pini (sirop de muguri de Pin).

Sirop din 100 g muguri zdrobiți care se macerează 12 ore, în 100 ml alcool de 70° ; se toarnă apoi jumătate litru de apă clocotită și se filtrează după 6 ore. Se adaugă 650 g zahăr care se dizolvă la cald, apoi se completează pînă la 1 litru. Pentru copii se iau 3 lingurițe pe zi, iar pentru adulți 3 linguri pe zi.

Se poate folosi cu rezultate foarte bune siropul „Montavit“ Plafar, fie așa cum se recomandă în cazul siropului preparat casnic, fie ca sirop alimentar diluat cu sifon sau apă minerală.

Pentru uz extern se recomandă :

Farina Sinapis (făină de Muștar negru) — prin acțiunea revulsivă produce o congestionare la locul dureros, activează circulația, făcînd să dispară durerile.

Cataplasma cu 100 g făină de Muștar cu apă călduță (25—30°C) pînă se formează o pastă moale care se aplică între două tifoaie pe locul dureros, timp de 15 minute. Pentru cei care suportă greu acțiunea revulsivă a muștarului, cataplasma se face cu un amestec din 50 g *Farina Sinapis* (făină de Muștar) și 100 g *Farina Linl* (făină de In).

CALCULOZĂ BILIARĂ

Numită și LITIAZĂ BILIARĂ este o concrețiune formată în vezica biliară prin depuneri de colesterol, pigmenți și săruri biliare etc.

Unele specii de plante medicinale au proprietatea de a diminua ritmul de depunere a calculilor sau ajută chiar la eliminarea lor.

Folium Menthae (frunze de Menthă).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Infuzie din 2 linguri la o cană de apă ; se bea cite o lingură la 3 ore.

Herba Agrimoniae (Turiță mare).

Infuzie din o lingură de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Fructus Cynosbati (Măceșe).

Infuzie din 2 linguri de fructe la 1/2 l de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Decoct din 2—4 linguri de rădăcini la 1 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Flores Cyani (flori de Albăstrele).

Infuzie din o linguriță de flori la o cană ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. *Flores Chamomillae* (flori de Mușețel) — 10 g

Flores Cyani (flori de Albăstrele) — 30 g

Folium Menthae (frunze de Mentă) — 10 g

Herba Agrimoniae (Turiță mare) — 10 g

Herba Chelidonii (Rostopască) — 10 g

Fructus Cynosbati (Măceșe) — 15 g

Stigmata Maydis (mătase de Porumb) — 15 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. *Oleum Abies albae* (ulei volatil de Brad) — 5 g

Oleum Pini Montanae (ulei volatil de Jneapăn) — 5 g

Oleum Menthae (ulei volatil de Mentă) — 5 g

Oleum Helianthi (ulei de Floarea-soarelui) — 75 g

Sub formă de picături : de 3 ori pe zi, cite 5 picături pe zahăr sau în puțină apă, înainte de masă. În cazul colicilor (dureri puternice), 30—40 picături deodată. Se poate repeta după 15 minute.

CALCULOZA RENALA

Vezi : COLICI NEFRETICE.

CANDIDOZA

Vezi : LEUCOREE.

CISTITE

Inflamații ale vezicii urinare datorită, în general, unui obstacol în eliminarea urinii sau unor infecții. Se utilizează plante medicinale antiseptice și diuretice. Se asociază și unele specii antispastice.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Millefolii (flori de Coada șoricelului) au acțiune puternic dezinfectantă, datorită uleiului volatil cu azulene.

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 l de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Flores Sambuci (flori de Soc) sînt diuretice și ușor antiseptice.

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 3—4 căni pe zi.

Folium Vitis idaei (frunze de Merisor) au efect diuretic și antiseptic activ, datorită arbutinei. Pentru mărirea alcalinității este utilă adăugarea unui vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu.

Decoct din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Extracție dublă: macerare la rece, o oră, a 2 lingurițe de frunze în 100 ml apă; se filtrează, apoi cu frunzele respective se face un decoct cu încă 100 ml de apă. Cele două lichide se amestecă și se ia la 3—4 ore câte o lingură.

Nu se recomandă în timpul sarcinii.

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal) sînt diuretici și ușor antispastici.

Infuzie sau decoct din o linguriță la o cană de apă; se beau 3—4 căni pe zi.

Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui) cu acțiune diuretică activă.

Decoct din o linguriță de rădăcini la o cană de apă; se beau 3 căni pe zi.

Fructus Phaseoli sine seminibus (teci de Fasole) diuretice și ușor antispastice.

Decoct din o lingură de teci la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Extracție dublă: macerare la rece, 6—8 ore, a 4 linguri de teci în un litru de apă, care se fierbe pînă scade la jumătate. Se bea în cursul unei zile.

Semen Lini (semințe de In) cu efect emollient.

Macerat din o linguriță de semințe în 100 ml de apă, timp de o jumătate de oră (se adaugă o feliuță de lămâie).

Turiones Pini (muguri de Pin) cu acțiune emollientă dezinfectantă.

Infuzie din o linguriță de muguri la o cană de apă; se beau 2—3 cani pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb) diuretică și ușor antispastică.

Infuzie din 1/2—1 linguriță la o cană de apă; se beau 2—3 cani pe zi.

Infuzie din 2 linguri la o cană de apă; se ia câte o lingură la 3 ore.

Rp. Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui) — 30 g

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal) — 30 g

Herba Chelidonii (Rostopască) — 10 g

Herba Centauri (Țintaură) — 20 g

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) — 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 cani pe zi.

Se poate utiliza cu bune rezultate Ceaiul diuretic 2 — Plafar. Vezi ANTIDIUREZA.

• În cazul colibacilozei, rezultate bune se obțin cu :

Rp. Oleum Eucalypti (Ulei de Eucalipt) — 40 g

Oleum Abies albae (ulei de Brad alb) — 40 g

Alcool 96° — 20 g

De 3 ori pe zi, câte 10 picături în puțină apă îndulcită, timp de 14 zile.

COLECISTITA

Vezi : COLICI HEPATO-BILIARE.

COLICI HEPATO-BILIARE

Colecistita, angiocolecistita și angiolocolita sînt afecțiuni ale vezicii biliare și ale căilor biliare datorită unui proces inflamator. De cele mai multe ori sînt însoțite de dureri puternice. Fie că sînt cauzate de infecții ale vezicii biliare, fie datorită unor tulburări neuro-vegetative, se recomandă specii de plante antispastice, calmante și cu acțiune antimicrobiană.

Herba Chelidonii (Rostopască).

Infuzie din 1/2 linguriță de plantă la o cană de apă ; se bea în cursul unei zile, cite 1—2 linguri la 3 ore (se evită supradozarea, deoarece poate avea efecte toxice).

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

În colici de natură nervoasă :

Rp. Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 10 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 15 g
Herba Leonuri (Talpa gîștii)	— 30 g
Herba Hyperici (Sunătoare)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 20 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 5 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau încet 1—2 căni calde — la nevoie.

COLICI NEFRETICE (COLICI RENALE)

Se manifestă prin dureri violente uterovezicogenitale provocate de spasmele căilor urinare excretorii superioare. Se datoresc infecțiilor sau calculozei.

Plantele medicinale utilizate în aceste afecțiuni au proprietăți diuretice, antiseptice și calmante.

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal).

Infuzie sau decoct din o lingură la o cană de apă ; se beau 3—4 căni pe zi.

Decoție foarte scurtă (2 minute) din 30 g la o cană ; lichidul acesta cu gust amar se aruncă, apoi se adaugă 1,25 litri apă și se lasă să fiarbă pînă scade la 1 litru, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Infuzie din o linguriță la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, una dimineața, cu o oră înainte de micul dejun, iar alta în cursul zilei.

Decoct din 30 g la un litru de apă care se fierbe la foc domol, timp de 2 ore. Se ia în cursul unei zile.

Plante cu proprietăți sedative :

Rp. Stigmata Maydis (mătase de Porumb)	— 30 g
Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal)	— 20 g
Strobili Lupuli (conuri de Hamei)	— 30 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 10 g

Infuzie din 4 linguri de amestec la un litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile, de preferință îndulcită cu miere.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr) sînt printre cele mai eficiente antiseptice, dar în același timp și iritante renale în doze mari. Nu se administrează gravidelor și bolnavilor cu leziuni renale, mai ales celor care urinează cu sînge.

Decoct din 10—20 fructe la un litru de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie din 2 lingurițe de fructe la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Folium Vitis idaei (frunze de Merișor) au acțiune diuretică și antiseptică.

Decoct din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Extracție dublă : macerare la rece, timp de o oră, a 2 lingurițe de frunze în 100 ml de apă ; se filtrează, apoi cu frunzele respective se face un decoct cu încă 100 ml de apă. Cele două lichide se amestecă și se ia la 3—4 ore cîte o lingură. Se adaugă și un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu pentru mărirea alcalinității.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Myrtilli (frunze de Afin).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Equiseti (Coadă calului).

Decoct din 4—5 lingurițe de plantă la 1,5 l de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile ca lichid de întreținere.

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de muguri la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Se poate utiliza cu rezultate bune Ceaiul diuretic 2 și 3
 — Plafar sau următorul ceai medicinal :
 Rp. Folium Betulae (frunze de Mesteacăn) — 30 g
 Herba Equiseti (Coadă calului) — 20 g
 Strobuli Lupuli (Conuri de Hamei) — 10 g
 Stigmata Maydis (mătase de Porumb) — 20 g
 Fructus Cynosbati (Măceșe) — 10 g
 Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) — 10 g
 Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se
 beau 2—3 ceaiuri pe zi.

COLITA

Inflamația intestinului gros datorită infecțiilor, paraziților sau unor substanțe toxice, care poate avea caracter acut sau cronic.

Pe lângă regimul alimentar prescris de medic, o serie de plante medicinale sînt utile în colită.

Flores Chamomillae (flori de Mușeșel) — acționează în colite, fiind puternic antiseptice prin conținutul ridicat în azulene.

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, după mîncare.

Extracție dublă ; macerat la rece din 1—2 lingurițe de flori la o jumătate de cană, timp de 30 minute ; se filtrează iar florile se infuzează cu altă jumătate de cană de apă în clocot, cele două lichide amestecîndu-se. Se beau în cursul unei zile 1—2 căni.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului) — au proprietăți asemănătoare Mușeșelului, în cazul în care conțin camazulene.

Infuzie din 2 linguri de flori la o jumătate de litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Herba Serpylli (Cimbrisor), *Herba Thymi* (Cimbru de cultură) — de asemenea, cu acțiune antiseptică puternică.

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie din 2—3 linguri de plantă la o cană de apă, din care se beau 2—3 linguri pe zi.

Radix Gei (rădăcină de Cerenșel).

Decoct din 2 lingurițe de rădăcină la o cană de apă ; se ia de preferință pe stomacul gol (efectul crește în amestec cu Mușeșel, Mintă, Sunătoare).

Herba Hyperici (Sunătoare) — în special în colite cronice.

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Ceai anticolitic

Flores *Chamomillae* (flori de Mușețel), Flores *Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — antiseptice, decongestive ; *Herba Hyperici* (Sunătoare) — antiseptică, cicatrizantă, antidiareică ; *Folia Melissae* (frunze de Roiniță), *Folia Menthae* (frunze de Mentă — antivomitiv și calmante ; *Capita Papaveris* (capsule de Mac), *Herba Leonuri* (Talpa gîștii) — antispasmodice și sedative ; *Fructus Foeniculi* (fructe de Fenicul) — carminative. (Formula Plafar.)

Infuzie din 1—1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, după mese.

Următoarea formulă dă, de asemenea, rezultate bune în colita mixtă :

Rp. Flores <i>Chamomillae</i> (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores <i>Millefolii</i> (flori de Coadă șoricelului)	— 30 g
<i>Folium Menthae</i> (frunze de Mentă)	— 20 g
<i>Folium Salviae</i> (frunze de Salvie)	— 10 g
<i>Herba Dracocephali</i> (Mătăciune)	— 10 g
<i>Fructus Coriandri</i> (fructe de Coriandru)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

CONSTIPAȚIE

În această stare patologică, caracterizată prin scaune dificile și la intervale de timp neregulate, o serie de plante pot avea efecte favorabile. În funcție de doză, ele sînt laxative sau purgative.

Cortex Frangulae (coață de Crușin) — este principala specie autohtonă, avînd avantajul că nu dă obișnuință, putînd fi utilizată deci și în constipații cronice. Se va folosi coață uscată la 100°C sau de 1 an vechime.

Decoct din o lingură de coață care se opărește, apoi după un sfert de oră se pune la fiert la foc domol, jumătate de oră. Ceaiul se bea cald, seara la culcare, în constipații rebele doza repetîndu-se dimineața pe stomacul gol. În cure de mai lungă durată se începe cu doze mai mici care se vor mări în funcție de efectul produs.

Pulbere din 2—3 vîrfuri de cuțit pe zi.

Herba Convolvuli (Volbură) — are acțiune purgativă.

Infuzie din 2 lingurițe de plantă la o cană de apă, cantitate care se bea dimineața pe stomacul gol.

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată 10 zile, în 100 ml alcool, din care se iau 2—4 linguri amestecate cu 2—4 linguri sirop sau miere, dimineața pe stomacul gol.

Pulbere din care se iau 2 vîrfuri de cuțit în miere, dimineața pe stomacul gol.

Folium Cynarae (frunze de Anghinare) — în special în constipațiile datorate unor disfuncții hepatice.

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă, din care se bea 2—3 căni pe zi.

Radix Cichorii (rădăcină de Cicoare) — ușor laxativă.

Infuzie din o linguriță de rădăcini la o cană de apă, din care se bea 2—3 căni pe zi.

Folium Fraxini (frunze de Frasin) ușor laxative.

Infuzie din 1—2 linguri de frunze la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Flores Pruni spinosi (flori de Porumbăr) ușor laxative.

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Flores Sambuci (flori de Soc) ușor laxative, din care cauză sînt recomandate mai ales în constipațiile de natură nervoasă.

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă ; se bea seara, înainte de culcare.

Semen Lini (semințe de In) au o acțiune mecanică datorită mucilagiilor, acționînd chiar în constipații rebele.

Se iau 1—2 lingurițe de semințe întregi, cu puțină apă, de preferință seara la culcare.

Semen Sinapis albae (semințe de Muștar) acționează atît prin iritarea locală pe care o produc la nivelul mucoasei gastrice, cît și datorită mucilagiilor. Nu se vor face tratamente prelungite și nu se vor administra copiilor.

Se iau semințe întregi, cu puțină apă, începîndu-se cu o linguriță pe zi, ajungîndu-se progresiv la o lingură pe zi.

Ceai laxativ

Cortex Frangulae (coajă de Crușin), *Herba Convolvuli* (Volbură) — laxative, măresc peristaltismul ; *Folium Melissa* (frunze de Roiniță) — antiseptice, calmează colicile, carminative. (Formula Plafar).

Decoct (prin fierbere numai 3—5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; cantitatea se bea seara la culcare (în constipații rebele) și dimineața pe stomacul gol.

Rp. Cortex Frangulae (coajă de Crușin)	— 30 g
Flores Pruni spinosi (flori de Porumbăr)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Taraxaci (Păpădie)	— 20 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 10 g

Decoct (prin fierbere numai 5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă. Se bea seara la culcare, îndulcit de preferință cu miere.

CONTUZII

În cazul unor leziuni ale țesuturilor profunde, care se manifestă prin umflături și vinătăi, se folosesc plante medicinale cu proprietăți decongestive, sub formă de băi locale, cataplasme.

Flores Arnicae (flori de Arnică).

Comprese cu 10 ml tinctură la 100 ml apă de plumb. Tinctura se prepară prin macerare, timp de 10 zile, a 20 g de flori în 100 ml alcool.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Băi locale cu infuzie preparată din 60 g de flori la un litru de apă.

Comprese cu infuzie din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Sambuci (flori de Soc).

Băi locale sau cataplasme cu infuzie preparată din 40 g de flori la un litru de apă.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă).

Băi locale sau cataplasme cu decoct din 4—5 linguri la o cană.

Rezultate bune se obțin prin aplicarea locală a frunzelor de varză (*Brassica oleracea*) proaspătă. În acest scop, frunzele exterioare ale căpăținei de varză se spală, se presează pe o suprafață plată cu o sticlă pentru strivirea nervurilor, se încălzesc ușor și se aplică în 2—3 straturi pe locul dureros. Se fixează cu un bandaj. Se schimbă de 2 ori în 24 ore.

COSMETICĂ

Vezi capitolul „Plante medicinale și aromatice utilizate în cosmetică”.

DEBILITATE

În cazul în care debilitatea, respectiv scăderea tonusului muscular sau a altor țesuturi, este cauzată de diminuarea sau lipsa poftei de mâncare, se vor utiliza speciile de plante descrise la ANOREXIE. Sînt, de asemenea, utilizate plantele medicinale prezentate la AVITAMINOZE. În aceeași categorie intră și speciile numite „Stomachice”, care prin principiile active pe care le conțin activează digestia prin excitația sucurilor gastro-intestinale.

Dintre speciile care conțin principii amare se recomandă în special Ghințura (*Radix Gentianae asclepiadeae*), Fierea pămîntului sau Țintaura (*Herba Centauri*) și Lichenul de piatră (*Lichen Islandicus*), iar dintre speciile ce conțin uleiuri volatile, fructele de Anason (*Fructus Anisi*), fructele de Fenicul (*Fructus Foeniculi*), fructele de Coriandru (*Fructus Coriandri*) și fructele de Chimion (*Fructus Carvi*).

DEGERĂTURI

Sub influența frigului pot apare modificări locale ale țesuturilor, modificări care diferă prin gradul de intensitate. Pentru degerăturile ușoare se pot utiliza unele specii medicinale sub formă de băi locale, comprese sau prișnițe, fără a strînge cu un bandaj care ar împiedica circulația sîngelui.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele).

Băi sau cataplasme cu infuzie preparată din 15—20 g de flori la un litru de apă.

Comprese cu 10 ml tinctură la 100 ml apă fiartă și răcită (tinctura se prepară prin macerarea, timp de 8 zile, a 20 g de plantă în 100 ml alcool de 70°).

Herba Cnici (Schinel).

Băi locale sau prișnițe cu infuzie preparate din 20 g de plantă la un litru de apă.

Cortex Quercus (coajă de Stejar).

Băi locale cu decoct preparat din 20—30 g de coajă la un litru de apă.

Rep. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 10 g
Flores Calendulae (flori de Gălbenele)	— 20 g
Herba Menthae (Mentă)	— 20 g
Cortex Quercus (coajă de Stejar)	— 25 g
Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă)	— 25 g

Infuzie prin fierbere 10 minute, la foc domol, preparată din 2 linguri de plantă la o cană de apă, pentru comprese locale.

DERMATITE

Vezi : ACNEE, ECZEME.

DIABET ZAHARAT

Stare de hiperglicemie, adică de creștere a concentrației de glucoză în sînge și urină (glicozurie) peste limitele normale.

Dozele de insulină care se administrează zilnic pot fi scăzute după un tratament îndelungat cu plante sau ceaiuri medicinale și numai după controlul de laborator. Acestea, administrate sub formă de infuzii sau decocturi, se vor îndulci cu zaharină sau cu ciclamat. Tratatamentul adjuvant cu plante pentru a fi eficient trebuie să fie de lungă durată, de cel puțin o lună.

Folium Myrtilli (frunze de Afin) — considerate printre produsele cele mai eficiente, acțiunea hipoglicemiantă datorîndu-se neomyrtilinei (glicozid al 7-metil-delfinidinei).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Folium Mori (frunze de Dud).

Infuzie din 1—2 linguri de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Galegae officinalis (Ciumărea).

Infuzie din 2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 ceaiuri pe zi.

Fructus Phaseoli sine seminibus (teci de Fasole).

Decoct din o lingură de teci la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Extracție dublă : 4 linguri de plantă se lasă la macerat, peste noapte, într-un litru de apă, apoi se fierbe pînă scade la jumătate. Se bea în cursul unei zile.

Folium Juglandis (frunze de Nuc).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de frunze la o cană de apă ; se iau 3 linguri pe zi.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Urticae (frunze de Urzică).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Infuzie din o lingură de rădăcină la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Cynarae (frunze de Anghinare) — scade glicemia, probabil datorită unei oxidaze.

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, în cure de 20—30 zile, cu pauze egale cu durata curei.

Ceai dietetic

În compoziția acestui ceai intră plante cu principii hipoglicemiant cum sînt : *Folium Myrtilli* (frunze de Afin), *Folium Mori* (frunze de Dud), *Folium Juglandis* (frunze de Nuc), *Fructus Phaseoli s.s.* (teci de Fasole) la care se adaugă *Folium Menthae* (frunze de Mentă) și *Herba Taraxaci* (Păpădie) care, prin mărirea secreției biliare și activarea digestiei, reglează schimburile metabolice. (Formula Plafar).

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. <i>Folium Myrtilli</i> (frunze de Afin)	— 60 g
<i>Folium Betulae</i> (frunze de Mesteacăn)	— 20 g
<i>Folium Urticae</i> (frunze de Urzică)	— 10 g
<i>Fructus Phaseoli s.s.</i> (teci de Fasole)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Folium Myrtilli (frunze de Afin)

Fructus Phaseoli s.s. (teci de Fasole)	}	părți egale
Semen Lini (semințe de In)		

Decoct prelungit (1 oră) din 25 g de amestec la 1 litru de apă; se bea în cursul unei zile, în 2—3 reprize, înainte de mese.

Rp. Folium Myrtilli (frunze de Afin) — 20 g

Folium Vitis idaei (frunze de Merișor) — 20 g

Folium Rubi fruticosi (frunze de Mur) — 30 g

Herba Violae tricoloris (Trei frați pătați) — 10 g

Rhizoma Graminis (rizom de Pir medicinal) — 10 g

Radix Taraxaci (rădăcină de Păpădie) — 10 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, timp de 1—2 luni.

DIAREE

Scaune frecvente de consistență moale sau apoasă datorită, de obicei, unor agenți patogeni. Sînt indicate, în special, plante bogate în taninuri și uleiuri volatile cu spectru antibacterian larg.

Se respectă dieta prescrisă de medic, iar infuziile sau decocturile nu se îndulcesc.

Cortex Quercus (coață de Stejar) — printre cele mai eficiente medicamente naturale, avînd un conținut ridicat în tanin; îmbină efectele antitoxice cu cele antiseptice asupra florei microbiene.

Decoct din 2 lingurițe de coață la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, între mese, neîndulcit.

Fructus Myrtilli (fructe de Afin).

Decoct din o linguriță de fructe la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Macerat la rece, timp de 8 ore, din 2 lingurițe de fructe la 1/2 l de apă, cantitate ce se bea în cursul unei zile.

Lichiorul de afine (afinată) se consumă cu moderație.

Folium Myrtilli (frunze de Afin).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Salicariae (Răchitan) — Infuzia din această plantă poate fi administrată și copiilor, taninurile sale fiind neirritante.

Infuzie din o linguriță de plante la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Radix Gei (rădăcină de Cerențel).

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă, care se bea pe stomacul gol (efectul crește în amestec cu Mentă, Mușețel, Sunătoare).

Fructus Pruni spinosi (fructe de Porumbar).

Decoct din o linguriță de fructe la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Herba Anserinae (Coadă racului).

Infuzie sau decoct din 2 linguri de plantă la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Folium Menthae (frunze de Mentă) — cele mai indicate în diareele copiilor mici și chiar și profilactic ; se poate adăuga, de asemenea, la majoritatea altor ceaiuri antidiareice.

Infuzie o linguriță la o cană ; se bea 2—3 căni pe zi (la copiii mici dozarea se face în funcție de vîrstă).

Herba Agrimoniae (Turliță mare).

Infuzie sau decoct din o lingură de plantă la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Ceai antidiareic

Cortex Quercus (coajă de Stejar), *Folium Juglandis* (frunze de Nuc), *Herba Anserinae* (Coadă racului), *Herba Salicariae* (Răchitan), *Herba Agrimoniae* (Turliță mare) — produse bogate în tanin, puternic astringente, opresc procesele de fermentație și putrefacție, precipitînd proteinele ; *Folium Menthae* (frunze de Mentă), *Herba Serpylli* (Cimbrișor) — pe lângă proprietățile astringente sînt și antiseptice și antispastice. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Rp. <i>Cortex Quercus</i> (coajă de Stejar)	— 40 g
<i>Rhizoma Calami</i> (rizomi de Obligeană)	— 10 g
<i>Herba Serpylli</i> (Cimbrișor)	— 10 g
<i>Folium Juglandis</i> (frunze de Nuc)	— 40 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Rp. Herba Anserinae (Coadă racului)	— 25 g
Herba Polygoni (Troscot)	— 25 g
Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului)	— 30 g
Herba Menthae (Mentă)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Herba Polygoni (Troscot)	— 25 g
Herba Menthae (Mentă)	— 15 g
Folium Myrtilli (frunze de Afin)	— 25 g
Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 20 g
Flores Millefolii (flori de Coadă șoriceului)	— 15 g

Infuzie, prin fierbere 10 minute, din o lingură de amestec la o cană de apă ; 2—3 căni pe zi.

DISFUNȚII ALE GLANDELOR MAMARE

Tulburări care se manifestă în special în perioada de alăptare.

Pentru mărirea secreției de lapte se recomandă ;

Fructus Anisi (fructe de Anason).

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Fructus Carvi (fructe de Chlmion).

Infuzie din 1 1/2 lingurițe de fructe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Fructus Coriandri (fructe de Coriandru).

Infuzie din o linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul).

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Sambuci (flori de Soc).

Infuzie din 1—2 lingurițe din flori la o cană de apă ; se beau 3—4 căni pe zi.

Rp. Folium Melissaе (frunze de Roiniță)	— 40 g
Fructus Anisi (fructe de Anason)	— 10 g
Fructus Carvi (fructe de Chimion)	— 40 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Rp. Herba Majoranae (Măghiran)	— 40 g
Fructus Anisi (fructe de Anason)	— 20 g
Fructus Carvi (fructe de Chimion)	— 30 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Rp. Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 40 g
Herba Serpylli (Cimbrisor)	— 20 g
Fructus Anisi (fructe de Anason)	— 20 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Pentru diminuarea secreției de lapte se recomandă :

Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 20 g
Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 40 g
Strobili Lupuli (conuri de Hamei)	— 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, dimineața și seara.

DISFUNȚII ALE GLANDELOR SUDORIPARE

Tulburări care se manifestă fie prin transpirație prea abundentă, fie prin lipsa unei transpirații normale. În primul caz se recomandă plante antidiaforetice sau antisudorifice, iar în cel de-al doilea caz, specii diaforetice sau sudorifice.

Antidiaforetice :

INT. *Folium Juglandis* (frunze de Nuc).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2 pe zi.

Infuzie din 4 linguri de frunze la o cană de apă ; se iau 3 linguri pe zi.

Folium Salviae (frunze de Salvie) — în special pentru eliminarea transpirației nocturne a tuberculoșilor.

Infuzie din 2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se bea treptat în cursul unei zile.

Rp. Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 25 g
Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 25 g
Herba Equiseti (Coada calului)	— 50 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau treptat 1—3 căni pe zi.

Rp. Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 40 g
Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 20 g
Herba Hyssopi (Isop)	— 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se bea la culcare o cană cu ceai rece.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 40 g
Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 40 g
Fructus Anisi (fructe de Anason)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau treptat 1—3 căni pe zi.

EXT. *Cortex Quercus* (coajă de Stejar).

Băi locale cu decoct din 20—30 g coajă la un litru de apă.

Diaforetice :

Flores Sambuci (flori de Soc).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 3—4 căni pe zi.

Flores Tiliae (flori de Tei).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcină de Ciuboțica cucului) — avînd în plus și proprietăți antitusive.

Infuzie (din flori) sau decoct din rădăcini, o linguriță la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi. (La decoctul din rădăcini se recomandă și adăugarea unui vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu).

Cortex Salicis (coajă de Salcie).

Decoct concentrat din 2 linguri de coajă la o cană de apă; se iau 3 linguri pe zi.

Ceai sudorific

În formula acestui ceai intră numai specii de plante cu proprietăți sudorifice: *Flores Sambuci* (flori de Soc), *Flores Tiliae* (flori de Tei) — aceasta și cu proprietăți antitusive; *Flores Chamomillae* (flori de Mușețel) și *Herba Hyssopi* (Isop) — acestea două fiind și bactericide; *Rhizoma Graminis* (rizomi de Pir medicinal) — care mărește totodată și diureza. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 30 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Serpylli (Cimbrișor)	— 10 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 20 g

Infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores Cyani (flori de Albăstrele)	— 50 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 30 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Farina Sinapis nigra (făină de Muștar negru).

Băi locale, timp de 25—30 minute, cu 25—30 g de făină de muștar într-un săculeț de tifon peste care se toarnă 2—3 litri de apă la o temperatură de 25—30°C.

Băi generale cu 250 g de făină de muștar într-un săculeț care se agită în apa de baie.

DISKINEZIE BILIARĂ

Prin această afecțiune se înțelege alterarea mecanismului de eliminare a bilei care se manifestă prin dureri, greață și vărsături.

Se recomandă specii de plante cu efecte coleretice și colagoge.

Herba Chelidonii (Rostopască).

Infuzie din 1/2 linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 1—2 linguri la 3 ore (se va evita supradozarea sau administrarea unor cantități mai mari, deoarece poate avea acțiune toxică).

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; se bea în cursul unei zile, treptat. Este contraindicată pentru mamele care alăptează, deoarece micșorează secreția laptelui.

Folium Cynarae (frunze de Anghinare).

Infuzie din o lingură de frunze la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile, astfel : o cană dimineața pe stomacul gol, după care se stă culcat jumătate de oră pe partea dreaptă; a doua cană se bea în două reprize, cu ju-

mătate de oră înainte de mesele principale. Tratamentul se face progresiv, pornind de la doze mici. Are o durată de 20—30 zile, apoi o lună pauză, după care se reia.

Herba Hyperici (Sunătoare).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se bea 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă; se ia câte o lingură după fiecare masă.

Ulei din o cantitate de 20 g de plantă care se pune într-un vas închis la umectat cu 200 ml alcool, după care se adaugă 200 ml de ulei și se fierbe pe baia de apă circa 2 ore, amestecându-se din când în când; după 2—3 zile se filtrează printr-o pânză prin presare. Se păstrează la întuneric și loc răcoros. Se ia câte o linguriță după mese.

Herba Centauri (Țintaură).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă, din care se bea câte un sfert cu jumătate de oră înainte de mesele principale.

Tinctură din 20 g de plantă macerată timp de 8 zile, în 100 ml de alcool; se ia înainte de masă câte 30—40 picături în apă îndulcită.

Herba Marrubii (Unguraș).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se bea 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă; se bea 3—4 linguri pe zi.

Herba et Radix Cichorii (Cicoare — partea aeriană și rădăcina).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se bea 2 căni pe zi.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Cortex Frangulae (coajă de Crușin) — excită bila, mărește secreția biliară, fiind utilizată mai ales în cazurile în care insuficiența secreției biliare provoacă constipație.

Pulbere — câte un vîrf de cuțit de 2—3 ori pe zi.

Decoct din o lingură de coajă la o cană de apă, care se bea seara la culcare.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele).

Infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă; se bea în cursul unei zile, de preferință pe stomacul gol.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare).

Decoct din 4 linguri de rădăcini la o cană de apă; se beau 3—4 linguri pe zi.

Fructus Cynosbati (Măceșe).

Infuzie din o lingură de fructe la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Ceai hepatic

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului), Herba Hyperici (Sunătoare) — stimulează secreția biliară, bactericide, antispastice; Fructus Cynosbati (Măceșe), Stigmata Maydis (mătase de Porumb) — coleretice, dar și mărirea diurezei cu eliminare de toxine; Herba Agrimoniae (Turiță mare), Herba Taraxaci (Păpădie) — colagoge; Cortex Frangulae (coață de Crușin), Herba Convolvuli (Volbură — excită bila prin peristaltismul pe care îl provoacă, totodată sint și laxative; Herba Chelidonii (Rostopască), Folium Menthae (frunze de Mentă) — în afară de proprietățile coleretice și colagoge sint și anti-inflamatoare și antispastice. (Formula Pîfar).

Decocție care, după fierbere 3—5 minute, se lasă în repaus 10—15 minute; se prepară din o lingură amestec de plante la cană; se beau 2—3 căni pe zi, cu jumătate de oră înainte de mesele principale.

Herba Marrubii (Unguraș) — 20 g

Radix Cichorii (rădăcină de Cicoare) — 20 g

Rhizoma Iridis (rizomi de Stînjenel) — 10 g

Radix Taraxaci (rădăcină de Păpădie) — 20 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Flores Millefolii

(flori de Coadă șoricelului) — 40 g

Folium Cynarae (frunze de Anghinară) — 30 g

Herba Chelidonii (Rostopască) — 20 g

Herba Menthae (Mentă) — 10 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, dimineața și seara.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — 30 g

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) — 30 g

Radix Cichorii (rădăcini de Cicoare) — 20 g

Radix Gentianae (rădăcină de Ghințură) — 10 g

Rhizoma Iridis (rizomi de Stînjenel) — 10 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se bea fie dimineața pe stomacul gol, fie cu 30 minute înainte de mese.

Flores Millefolii

(flori de Coadă șoricelului) — 20 g

Folium Menthae (frunze de Mentă) — 25 g

Radix Gentianae (rădăcină de Ghințură) — 20 g

Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui) — 20 g

Cortex Frangulae (coajă de Crușin) — 15 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, înainte de mese.

DISMENOREE

Dureri care preced menstruația și cuprind întregul bazin, însoțite de tulburări neurovegetative care se manifestă prin greață, vărsături, transpirații etc.

Tratamentul cu plante se face cu 7—8 zile înainte de începerea ciclului.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă; se iau 4—5 linguri pe zi.

Tinctură din 20 g de plante macerate 10 zile, în 100 g de alcool; se iau până la 30 g pe zi, în mai multe doze.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) sînt recomandate, în special, persoanelor anemice, calmînd durerile și reglînd ciclul.

Infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Tinctură din 20 g de flori ligulate (marginale) macerate 8 zile, în 100 g de alcool; se iau de 3 ori pe zi, cite 30 picături în puțină apă.

Herba Anserinae (Coadă racului) — reglează menstrele abundente și calmează durerile.

Infuzie sau decoct din 2 linguri de plantă la o jumătate litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Radix Gei (rădăcină de Cărențel) — are proprietăți anti-hemoragice și calmante remarcabile.

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă; neîndulcit sau îndulcit cu zaharină, se bea dimineața pe stomacul gol.

Rp. Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 15 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 15 g
Herba Alchemillae (Crețișoară)	— 30 g
Flores Chamomillae (flori de Mușetel)	— 20 g
Cortex Frangulae (coață de Crușin)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni de infuzie caldă pe zi.

Rp. Flores Calendulae (flori de Gălbenele)	— 20 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 40 g
Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului)	— 40 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Rp. Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 20 g
Flores Chamomillae (flori de Mușetel)	— 30 g
Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 30 g
Herba Hyperici (Sunătoare)	— 20 g

Infuzie din jumătate de linguriță de amestec la o cană de apă, care se lasă la macerat încă jumătate de oră; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Herba Anserinae (Coadă racului)	— 50 g
Herba Centauri (Țintaură)	— 25 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 15 g
Herba Polygoni (Troscot)	— 10 g

Decoct din o linguriță de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, dimineața și seara.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului)	— 25 g
Folium Melissaе (frunze de Roiniță)	— 20 g
Rhizoma Calami (rizomi de Obligeană)	— 10 g
Radix Taraxaci (rădăcină de Păpădie)	— 45 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă care se bea seara.

DISPEPSIE

Tulburări digestive care se manifestă prin greață, hiperaciditate, balonări, flatulență (gaze).

Vezi : SINDROAME DISPEPTICE.

DURERI ABDOMINALE LA ADULȚI (COLICI ABDOMINALE)

Se manifestă prin crize care apar brusc în special în enterocolite, pancreatite, apendicite sau în anumite tulburări neurovegetative.

O serie întreagă de plante medicinale au efecte calmante în aceste crize dureroase datorită substanțelor active anti-spastice și sedative. Pentru înlăturarea lor însă, în cazul în care ele se repetă, se va apela la medic, care va determina cauza care le provoacă.

Folium Menthae (frunze de Mentă).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) — îndeosebi în colicile de natură nervoasă.

Infuzie din o linguriță de rădăcini la o cană de apă; se bea în cursul unei zile.

Pulbere — de 3 ori pe zi un vîrf de cuțit.

Tinctură din 20 g de plantă macerată în 100 ml de alcool, timp de 8 zile, din care se iau de 2—3 ori pe zi, câte 15—20 picături.

Folium Melissa (frunze de Roiniță).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Extracția dublă : 1—2 lingurițe de flori se lasă la macerat, 30 minute, în jumătate de cană de apă rece ; se filtrează, iar florile se infuzează cu altă jumătate de cană de apă în clocot. Cele două lichide se amestecă. Se beau 2 căni pe zi.

Herba Anserinae (Coadă racului).

Infuzie sau decoct din o lingură de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Majoranae (Măghiran).

Infuzie din o lingură de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Basilici (Busuioc).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi după mese.

Fructus Carvi (fructe de Chimion).

Infuzie din 1 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi, dintre care una dimineața, pe stomacul gol.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul).

Infuzie din o jumătate de linguriță de fructe la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Flores Acaciae (flori de Salcîm).

Infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Meliloti (Sulfină).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Ceai contra colicilor pentru adulți

Flores Chamomillae (flori de Mușetel), Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului), Herba Serpylli (Cimbrișor) — antiseptice și ușor antispastice; Folium Melissa (frunze de Roiniță), Folium Menthae (frunze de Mentă) — antispastice și antivomitiv; Capita Papaveris (capsule de Mac) — ușor analgezice; Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — carminativ. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau treptat 2 căni pe zi (sau la apariția colicilor).

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușetel)	— 30 g
Herba Dracocephali (Mătăciune) sau	
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 30 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 20 g
Fructus Coriandri (fructe de Coriandru)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, după mesele principale.

Rp. Pentru colici de natură nervoasă:	
Herba Leonuri (Talpa giștii)	— 30 g
Radix Valerianae	
(rădăcină de Valeriană)	— 20 g
Flores Millefolii	
(flori de Coadă șoricelului)	— 10 g
Herba Hyperici (Sunătoare)	— 10 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 15 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 5 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau încet 1—2 căni îndulcite, calde, la nevoie.

DURERI ABDOMINALE LA COPII

Sînt cauzate la sugari și copiii mici de meteorism (balonări) prin acumularea gazelor, fie prin deglutiție, fie în urma unor procese fermentative. Se folosesc plante care favorizează eliminarea gazelor (carminative) sau care datorită uleiurilor volatile pe care le conțin inhibă dezvoltarea florei bacteriene patogene. Infuziile se administrează ușor îndulcite cu zahărul fiert în prealabil în apa de infuzare.

Fructus Anisi (fructe de Anason).

Infuzie din 5—6 fructe la 100 ml de apă.

Fructus Carvi (fructe de Chimion).

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la 100 ml de apă.

Fructus Coriandri (fructe de Coriandru).

Infuzie din 1/2 linguriță de fructe la 100 ml de apă.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul).

Infuzie din 5—6 fructe la 100 ml de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; cantitățile de infuzie se dau în funcție de vîrsta copilului (efectul crește în amestec cu anason sau fenicul).

Folium Melissae (frunze de Roiniță).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă; cantitățile de infuzie se dozează după vîrsta copilului.

Ceai contra colicilor pentru copii

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul), *Fructus Coriandri* (fructe de Coriandru) — carminative; *Flores Chamomillae* (flori de mușețel) — antiseptice, ușor antispastice; *Folium Menthae* (frunze de Mentă) — antispastice, calmează durerile și voma. (Formula Plafar).

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă. Se beau 50—100 ml infuzie, de 2—3 ori pe zi, în funcție de vîrsta copilului.

DIZENTERIE

Tulburări ale intestinului gros, care se manifestă prin scaune mucosanguinolente datorită unor germeni patogeni.

Se recurge la tratamentul indicat de medic.

Ca adjuvante, în timpul dietei, se recomandă plantele sub formă de ceaiuri medicinale pentru combaterea DIAREEI.

ECZEME

Erupții ale pielii din diferite cauze. De multe ori sînt provocate de stări alergice, cînd, pe lîngă administrarea medicamentelor antialergice, se pot utiliza specii de plante diuretice, iar extern comprese cu soluții extractive obținute din plante.

INT. *Herba Violae Tricoloris* (Trei frați pătăți).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă ; se ia cîte o lingură la 3 ore.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Infuzie din o lingură de rădăcini la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium, Herba et Radix Taraxaci (frunze, partea aeriană și rădăcină de Păpădie) — acționează, indirect, prin mărirea diurezii cu eliminare de toxine.

Infuzie (din rădăcini se prepară un decoct) din 1—2 lingurițe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel) — 40 g

Flores Sambuci (flori de Soc) — 30 g

Flores Tiliae (flori de Tei) — 30 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

EXT. Pentru eczeme uscate :

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de rădăcini la o cană de apă.

Pentru eczeme zemuinde :

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Flori foarte curate, pulverizate, presărate pe eczemă.

Comprese cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele).

Băi locale sau comprese cu infuzie preparată din 20—30 g de flori la un litru de apă.

Tinctură din 20 g de flori, macerate 8 zile, în 100 ml alcool ; se fac comprese cu 10 g tinctură la 100 ml apă fiartă și răcită.

Folium Juglandis (frunze de Nuc).

Băi locale cu decoct preparat din 30—40 g de frunze la un litru de apă.

Băi generale cu decoct preparat din 200 g de frunze la 2 l apă, care se amestecă în apa de baie.

Radix Gypsophyllae (*Saponariae albae*) et *Saponariae (rubrae)* — rădăcină de Săpunariță sau Ciuin alb și roșu.

Spălături locale cu decoct din 2 lingurițe la o cană.

Rp. Flores Millefolii

(flori de Coada șoricelului)

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă)

Radix Saponariae (rădăcină de Săpunariță)

} părți
egale

Comprese cu decoct din 2 linguri de amestec la o cană de apă.

EDEME

Se manifestă prin acumularea de lichid seros în țesuturi, fiind cauzate, în general, de tulburări ale circulației sanguine.

Ca adjuvante ale tratamentului de bază prescris de medic se pot utiliza speciile și ceaiurile descrise la „ANTIDIUREZA”.

Dintre acestea, mai indicate sînt următoarele :

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 linguri de frunze la 200 ml de apă; la răcire se adaugă pentru neutralizare un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu. Se lasă 6 ore, apoi se bea în două reprize, la 4 ore interval.

Herba Equiseti (Coada calului).

Decoct din o linguriță de plantă la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Fructus Phaseoli sine seminibus (teci de Fasole) — utile și în hidropizie (acumulare de lichid în cavitatea abdominală și țesuturi).

Decoct din o lingură de teci la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Macerat din 4 linguri de plantă care se lasă o noapte într-un litru de apă și se fierbe pînă scade aproape la jumătate; cantitatea se bea în cursul unei zile.

Rp. *Herba Solidaginis* (Splinuță)

Herba Violae tricoloris (Trei frați pătați)

Radix Levistici (rădăcină de Leuștean)

— 20 g

— 20 g

— 30 g

Flores Sophorae

(flori de Salcîm galben japonez) — 10 g

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr) — 10 g

Fructus Anisi (fructe de Anason) — 10 g

Decoct din 1 lingură de amestec la o cană de apă;
2—3 căni pe zi.

Rp. Radix Ebuli (rădăcină de Boz) — 20 g

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal) — 10 g

Herba Equiseti (Coadă calului) — 20 g

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn) — 20 g

Herba Meliloti (Sulfină) — 15 g

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr) — 5 g

Fructus Cynosbati (fructe de Măceș) — 10 g

Infuzie prin fierbere (10 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă; 1—3 căni pe zi.

EMFIZEM PULMONAR

În această afecțiune pulmonară, care duce la scăderea suprafeței alveolare, a elasticității țesutului pulmonar datorită obstrucției bronșice, în special ca urmare a bronșitelor cronice, se utilizează ca adjuvante unele specii de plante medicinale ce conțin mucilagii sau saponozide.

Flores et Folium Farfarae (flori și frunze de Podbal).

Infuzie din 1—2 lingurițe la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2—3 linguri la o cană de apă; se ia câte o lingură la 2—3 ore.

Rp. Herba Marrubii (Unguraș) — 20 g

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină) — 30 g

Flores Primulae

(flori de Ciuboțica cucului) — 5 g

Flores Convallariae (flori de Lăcrămioară) — 15 g

Radix Primulae

(rădăcină de Ciuboțica cucului) — 10 g

Herba Hyssopi (Isop) — 20 g

Infuzie prin fierbere (10 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă; 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize.

Rp. Flores Farfarae (flori de Podbal) — 30 g

Folium Farfarae (frunze de Podbal) — 30 g

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină) — 20 g

Radix Liquiritiae (rădăcină de Lemn dulce) — 20 g

Infuzie din 2—3 linguri de amestec la o cană de apă; se ia câte o lingură la 2—3 ore.

EMOTIVITATE

Pentru manifestările vegetative sau somatice vezi :
NEVROZE.

ENTEROCOLITĂ

Inflamația mucoasei sau a peretelui intestinului subțire și gros, ce se manifestă prin dureri, diaree și uneori febră.

Ca adjuvante sînt indicate plantele medicinale descrise la
COLITĂ și DIAREE.

EROTISM

Vezi: **EXCITAȚIE SEXUALĂ.**

EXCITAȚIE SEXUALĂ

Plantele utilizate pentru diminuarea excitației sexuale exagerate se numesc „anafrodisiace“. Din această categorie fac parte :

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei).

Infuzie din 1 1/2 lingurițe la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Leonuri (Talpa gîștii).

Infuzie din 3 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată 8 zile în 100 ml alcool; se iau cite 20—40 picături de 2—3 ori pe zi.

Rp. *Herba Leonuri* (Talpa gîștii) — 20 g

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei) — 30 g

Flores Tiliae (flori de Tei) — 30 g

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) — 20 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă; 1—2 căni pe zi.

FEBRĂ

Deoarece creșterea febrei peste valorile normale are multiple cauze, se va urma tratamentul prescris de medic.

Ca adjuvante se utilizează speciile de plante cu acțiune sudorifică sau cu un conținut bogat în principii amare.

Flores Sambuci (flori de Soc).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 3—4 căni pe zi.

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Centauri (Țintaură).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă care se bea în cursul unei zile, în 3—4 reprize.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 8 zile, în 100 ml de alcool ; se iau câte 30—40 picături, de 2—3 ori pe zi.

Herba Marrubii (Unguraș).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la cană ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Rp. Flores Sambuci (flori de Soc)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Centauri (Țintaură)	— 10 g
Herba Taraxaci (Pădărie)	— 20 g
Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 15 g
Strobili Lupuli (conuri de Hamei)	— 15 g

Decoct (prin fierbere 10 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

FERMENTAȚIE

Vezi : DIAREE.

FISURI ANALE

În acest tip de leziuni dermatologice se recomandă, în special, plantele descrise în tratamentul antihemoroidal (vezi HEMOROIZI).

Se utilizează în special :

Folium Rubi fruticosi (frunze de Mur).

Cataplasme cu infuzie preparată din 2 linguri de frunze mărunțite la o cană de apă.

Gemmae Populi (muguri de Plop) — au proprietăți balsamice.

Băi locale cu infuzie preparată din 15—20 g de muguri la un litru de apă.

Unguent preparat din 20 g de muguri, zdrobiți, macerați timp de 24 ore în 5 ml alcool într-un vas închis ; se adaugă apoi 100 g de untură și 5g de ceară de albine, se ține pe baie de apă 3 ore, se filtrează și se freacă pînă se obține unguentul.

Uleiul se prepară în același mod ca și unguentul, dar în loc de untură și ceară se folosește ulei de floarea-soarelui.

FLICTENE

În cazul flictenelor (bule cu lichid care apar la suprafața pielii, fie în arsuri, fie într-o afecțiune dermică denumită pemfigus) se recomandă ca adjuvant :

Flores Sambuci (flori de Suc).

Băi locale sau cataplasme cu infuzie din 40 g de flori la un litru de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Băi locale sau cataplasme cu infuzie preparată din 1—2 linguri de flori la o cană de apă.

FURUNCULOZA

Furunculoza apare adesea ca afecțiune secundară în cazuri de diabet, astenie, la nefritici, fiind o infecție la nivelul pielii cu stafilococi, față de care organismul și-a pierdut rezistența. Desigur că de primă importanță este tratamentul afecțiunii primare, iar în tratamentul propriu-zis al furunculozei, în afară de antibiotice, autovaccin ș.a., pot fi folosite în uz intern plante diuretice care ajută la eliminarea toxinelor din sînge, iar în uz extern, specii emoliente, cu proprietăți maturative (de grăbire a coacerii) și antiseptice.

INT. *Herba Violae tricoloris* (Trei frați pătați).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă ; se ia cîte o lingură la 3 ore.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Infuzie din 2—4 linguri de rădăcină la un litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Herba et Radix Cichorii (partea aeriană și rădăcină de Cicoare).

Infuzie (în cazul părților aeriene) din 8—15 g la un litru de apă sau decoct (în cazul rădăcinii) din 15—40 g la un litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

EXT. Farina Lini (făină de In) — cu rol de calmare a durerilor, ajutînd la fluidificarea și evacuarea puroiului.

Cataplasme din făină de in amestecată cu apă fierbinte pînă se face o pastă ce se pune între două bucăți de pinză și se aplică pe locul bolnav. Se mențin în permanență calde timp de 2—3 ore. Pentru creșterea acțiunii antiseptice, se adaugă la făina de in și mușețel pulverizat.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Cataplasme cu infuzie din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Sambuci (flori de Soc) — cu proprietăți maturative.

Băi locale sau cataplasme cu infuzie din 40 g de flori la un litru de apă.

Folium Malvae (frunze de Nalbă) — sînt emoliente datorită mucilagiilor, de asemenea calmante și mai ales maturative.

Cataplasme din frunze opărite cu apă și aplicate ca atare.

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Cataplasme cu frunze proaspete ușor strivite prin presare cu o sticlă.

În furunculoză este utilă administrarea zilnică, intern, a 2—5 g de drojdie de bere.

GASTRITE HIPERACIDE

Se recomandă plante cu principii active slab alcaline, anti-inflamatoare, cicatrizante și calmante.

Infuziile și decocturile se beau, de obicei, neîndulcite și de preferat între mese.

Pentru forme incipiente de gastrite hiperacide :

Flores Acaciae (flori de Salcîm) au și proprietatea de a calma senzațiile de pirozis (arsuri la stomac), utilizîndu-se în cure de lungă durată, chiar și ca ceai alimentar.

Infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, de preferat între mese.

Folium Rubi idaei (frunze de Zmeur) contribuie la micșorarea acidității.

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Ca adjuvante în ulcere gastrice și în forme mai evoluat de gastrită se recomandă :

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) datorită conținutului în alantoină, are o acțiune cicatrizantă și calmantă deosebit de eficace.

Decoct din 1—2 lingurițe la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Pulmonariae (frunze de Plăminărică) conțin și ele alantoină, fiind cicatrizante prin stimularea țesuturilor sănătoase.

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) au proprietăți cicatrizante și calmante, fiind utile, inclusiv, în ulcer duodenal.

Infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile, de preferință pe stomacul gol.

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină) — cu acțiune cicatrizantă și antibacteriană.

Pulbere — câte 2—3 vîrfuri de cuțit, de 2—3 ori pe zi.

Infuzie din 2 linguri de frunze la o cană de apă ; se ia câte o lingură la 3 ore.

Rhizoma Calami (rizomi de Obligeană) acționează ca pansament gastric, favorizînd epitelizarea ulcerărilor gastro-intestinale.

Pulbere — câte un vîrf de cuțit de 2—3 ori pe zi între mese.

Decoct din o linguriță la o cană de apă, cantitate care se bea în 2—3 reprize între mese.

Herba Hyperici (Sunătoare) are remarcabile proprietăți cicatrizante.

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se bea de 2 ori pe zi.

În medicina tradițională se folosește cu bune rezultate uleiul : 20 g de plantă umectată cu 20 ml de alcool ; după 12 ore, se adaugă 200 g de ulei și se ține 2 ore pe baia de apă, agitîndu-se. Se lasă 2—3 zile și se filtrează printr-o pînză. Se păstrează la întuneric și răcoare. Se administrează câte o linguriță între mese.

Radix Liquiritiae (rădăcină de Lemn dulce) are proprietăți antiinflamatorii, antiulceroase, cicatrizante.

Macerat la rece din 1/2 linguriță de rădăcină la o cană de apă ; se bea în cursul unei zile.

Herba Equiseti (Coadă calului) contribuie la neutralizarea acidității crescute.

Decoct din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se bea în cursul unei zile 2—3 cani.

Este utilă și asocierea unor plante cu acțiune antiseptică și calmantă :

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se bea 1—2 cani pe zi, pe stomacul gol.

Extracție dublă : se macerează la rece timp de 30 minute 1—2 lingurițe de flori în 1/2 cană de apă ; se filtrează, iar florile se infuzează cu altă 1/2 cană de apă în clocot. Cele două lichide se amestecă ; se bea în cursul unei zile, în două reprize, pe stomacul gol.

Ceai gastric 1

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — cicatrizante ; *Flores Chamomillae* (flori de Mușețel), *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — antiseptice, calmante, carminative ; *Radix Valerianae* (rădăcină de Valeriană), *Folium Menthae* (frunze de Mățăi), *Herba Taraxaci* (Păpădie) — antiseptice, antispastice. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se bea 2 cani pe zi.

Ceai gastric 2

În afară de *Flores Calendulae* și *Flores Millefolii* (din formula 1) mai intră : *Herba Hyperici* (Sunătoare) — cicatrizant, calmant, stomachic ; *Herba Polygoni* (Trosot) — anti-diareic ; *Herba Centauri* (Țintaură) — stomachic ; *Fructus Foeniculi* (fructe de Fenicul), *Fructus Coriandri* (fructe de Coriandru) — carminative. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se bea 2 cani pe zi, între mese, de preferință alternând formula 1 cu formula 2.

Ceai gastric calmant (ceai hiposecretor calmant) — formula nouă Plafar :

Flores Acaciae (flori de Salcîm) — neutralizant, înlătură senzațiile de pirozis (arsuri la stomac) ; *Radix Symphyti* (rădăcină de Tătăneasă) — cicatrizant ; *Herba Equiseti* (Coadă calului) — neutralizant ; *Radix Valerianae* (rădăcină de Valeriană) — antispastic ; *Herba Dracocephali* (Mătăciune) — antispastic, antiseptic, carminativ și stomachic.

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; 2—3 căni pe zi, la o oră după mesele principale.

Ceai gastric cicatrizant

Reunește plantele ce se găsesc în celelalte formule, acțiunea principală avînd-o *Radix Symphyti* (rădăcină de Tătăneasă) și *Flores Calendulae* (flori de Gălbenele), efectele lor fiind completate de *Flores Chamomillae* (flori de Mușețel), *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului), *Herba Hyperici* (Sunătoare). Formula Plafar.

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; 2—3 căni pe zi, între mese.

Rp. <i>Radix Symphyti</i> (rădăcină de Tătăneasă)	— 40 g
<i>Flores Calendulae</i> (flori de Gălbenele)	— 30 g
<i>Herba Hyperici</i> (Sunătoare)	— 20 g
<i>Flores Chamomillae</i> (flori de Mușețel) sau	
<i>Flores Millefolii</i> (flori de Coadă șoricelului)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; 2—3 căni pe zi, între mese.

Rp. <i>Flores Malvae</i> (flori de Nalbă)	— 30 g
<i>Flores Chamomillae</i> (flori de Mușețel)	— 15 g
<i>Flores Calendulae</i> (flori de Gălbenele)	— 30 g
<i>Radix Liquiritiae</i> (rădăcină de Lemn dulce)	— 10 g
<i>Fructus Coriandri</i> (fructe de Coriandru)	— 5 g
<i>Strobuli Lupuli</i> (conuri de Hamei)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, în mai multe reprize, între mese.

OBSERVAȚIE. Atît în tratamentul gastritelor hiperacide, cît și în ulcer, rezultate bune se obțin cu sucule celular de varză albă (*Brassica oleracea* L. var. capitata). În acest scop, se rade o varză, se pune puțină sare, se lasă în repaus 1/2 oră. Se stoarce obținîndu-se aproximativ 1 pahar suc celular. Se bea zilnic 1 pahar, între mese, timp de 1 lună.

GASTROENTERITĂ

În această afecțiune în care atît mucoasa gastrică, cît și cea intestinală sînt inflamate în același timp, se recomandă speciile de plante și ceaiurile medicinale menționate la „GASTRITELE HIPERACIDE” și la „COLITĂ”, evitîndu-se plantele medicinale ce conțin principii amare (Coadă șoricelului, Pelinul, Țîntaura, Păpădia etc.).

GINGIVITE

Se manifestă prin inflamația gingiilor, congestie, secreții, sîngerare sau chiar ulceratii. Se utilizează plante antiseptice, astringente, calmante și emoliente.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Infuzie din 3 linguri de flori la o cană de apă ; se clătește și se ține caldută în gură, cîte 5 minute la fiecare 1/2 oră.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie preparată din 2 lingurițe de frunze la 100 ml de apă. Se procedează la fel ca în cazul infuziei de flori de mușețel.

Herba Hyperici (Sunătoare).

Se clătește gura cu infuzie preparată din 2 linguri de plantă la 200 ml de apă.

Radix Gei (rădăcină de Cereșel).

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă ; se ține în gură, caldută ; se mai folosește și pentru tamponarea cu vată a zonelor afectate.

Herba Anserinae (Coadă racului).

Spălături locale cu infuzie sau decoct preparat dintr-o lingură de plantă la o cană de apă.

Ceai pentru gargară

Flores Chamomillae (flori de Mușețel), *Herba Serpylli* (Cimbrisor), *Folium Salviae* (frunze de Salvie) — antiinflamatoare și dezinfectante ; *Folium Althaeae* (frunze de Nalbă mare) — emoliente ; *Capita Papaveris* (capsule de Mac) — ușor anestezice ; *Radix Gei* (rădăcină de Cereșel) — astringentă și hemostatică. Formula Plafar.

Gargară cu infuzie preparată din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă.

Un ceai medicinal cu acțiune emolientă, dezinfectantă și calmantă, este următorul :

Rp. <i>Folium Althaeae</i> (frunze de Nalbă mare)	— 20 g
<i>Radix Symphyti</i> (rădăcină de Tătăneasă)	— 20 g
<i>Flores Lavandulae</i> (flori de Levănțică)	— 20 g
<i>Radix Gei</i> (rădăcină de Cereșel)	— 40 g

Gargară și spălături locale cu infuzie preparată din o lingură de amestec la o cană de apă.

GLICOZURIE DIABETICĂ

Vezi : DIABET.

GRIPĂ, GUTURAI

Afecțiune acută produsă de virusii gripali, care se manifestă prin febră, cefalee, indispoziție, oboseală, dureri articulare etc.

Guturaiul, produs de rinovirusi, cunoscut și sub numele de coriză, se caracterizează prin inflamația mucoasei nazale favorizată de frig și umezeală.

Ca adjuvante în gripă și guturai, se recomandă următoarele plante :

Flores Tiliae (flori de Tei).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Sambuci (flori de Soc).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcină de Ciuboțica cucului). Se recomandă și în cazul în care afecțiunea este însoțită de tuse.

Infuzie (din flori) sau decoct (din rădăcini) din o linguriță la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Cortex Salicis (coață de Salcie).

Decoct din 2 linguri de coață la o cană de apă ; se beau 3—4 linguri pe zi.

Herba Marrubii (Unguraș).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă ; se iau 2—3 linguri pe zi.

Rp. Cortex Cinnamomi (Scorțișoară)	— 10 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 30 g
Herba Origanii (Sovîrv)	— 30 g
Herba Serpylli (Cimbrișor)	— 10 g
Radix Gei (rădăcină de Cerențel)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi, îndulcite cu miere.

Rp. Flores Sambuci (flori de Soc)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Centauri (Țintaură)	— 10 g
Herba Taraxaci (Păpădie)	— 10 g
Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 20 g
Strobili Lupuli (conuri de Hamei)	— 20 g

Decoct (prin fierbere 5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi, îndulcite cu miere.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Origani (Sovirv)	— 30 g
Herba Serpylli (Cimbrisor)	— 10 g

Infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

GUTA

Boală caracterizată prin creșterea concentrației acidului uric în sânge și depunerea de urați, în special, la nivelul articulațiilor. Pe lângă tratamentul de bază cu colchicină extrasă din Brîndușa de toamnă și alte medicamente prescrise de medic, se pot utiliza, sub formă de cure de lungă durată, unele plante medicinale, în special cele cu acțiune diuretică.

Folium Fraxini (frunze de Frasin).

Infuzie din 1—2 linguri de frunze la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi, timp de 3 săptămîni.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 linguri de frunze la o cană de apă ; după ce ajunge la o temperatură de 40°C, se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu și se lasă apoi în repaus 6 ore. Se bea în 2 reprize, la 4 ore interval. Se face o cură de o lună. Se poate repeta după o lună de pauză.

Herba Equiseti (Coadă calului).

Decoct din o linguriță de plante la o cană de apă ; se bea 3—4 căni pe zi, timp de 3—4 săptămîni.

Herba Polygoni (Troscot).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 4 linguri de plantă la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal).

Infuzie sau decoct, din o linguriță la o cană de apă; se bea 3—4 căni pe zi, timp de 2 săptămâni.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare).

Decoct din 3 linguri de rădăcini la o cană de apă; se iau 3—4 linguri pe zi, timp de 2 săptămâni.

Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui).

Decoct din o lingură de rădăcină la o cană de apă; se bea 3 căni pe zi, timp de 2 săptămâni.

Fructus Hippophaë (fructe de Cătină) au proprietăți deosebit de utile ca vitaminizante și diuretice, prin care contribuie la eliminarea toxinelor și uraților.

Infuzie din 1—2 lingurițe de fructe la o cană de apă; se bea 2 căni pe zi, timp de 1 lună.

Rp. Flores Sambuci (flori de Soc)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 30 g
Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 30 g

Infuzie din 1—1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se bea 2—3 căni pe zi. Se face o cură de 1 lună.

Rp. Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 30 g
Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui)	— 30 g
Fructus Cynosbati (Măceșe)	— 30 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 10 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă; se bea la prînz 1—2 căni de infuzie caldă, timp de 2 săptămâni.

Rp. Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 15 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 25 g
Herba Hyperici (Sunătoare)	— 15 g
Radix Bardanae (rădăcină de Brusture)	— 15 g
Rhizoma Graminis (rizomi de Pir medicinal)	— 20 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se bea la prînz 1—2 căni de infuzie caldă, timp de 2 săptămâni.

HELMINTIAZA

Boală provocată de diferiți viermi paraziți intestinali.

INT. *Herba Serpylli et Thymi vulgaris* (Cimbrisor sau Cimbru de cultură) — acționează în helmintiază datorită uleiului volatil bogat în timol.

Infuzie din 2 lingurițe la cană ; se beau 2 căni pe zi.

Fructus Anisi (fructe de Anason).

Infuzie din 2 lingurițe de fructe la 100 ml de apă ; se bea dimineata, pe stomacul gol.

Flores Millefolii (flori de Coada șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 100 ml de apă. Se bea neîndulcită, dimineata pe stomacul gol.

Cortex Frangulae (coajă de Crușin) intensifică peristaltismul intestinal.

Pulbere — câte un vîrf de cuțit de 2—3 ori pe zi.

Decoct din o lingură de coajă la o cană de apă ; se bea seara.

Radix Gentianae (rădăcină din Ghințură).

Infuzie sau decoct din o linguriță de rădăcini la un litru de apă ; se bea de 2 ori pe zi, câte o jumătate de cană.

Tinctură din 20 g de rădăcini macerate 7—8 zile, în 100 ml de alcool ; se iau câte 10—15 picături în apă, de 2 ori pe zi.

Fructus Cynosbati — feinschnitt — (făină din pulpă de Măceș).

Se face un amestec cu miere (2 părți făină de fructe și o parte miere), din care se iau 2—3 lingurițe pe zi.

Cu acțiune electivă asupra oxiurilor ;

Herba Absinthii (Pelin).

Pulbere 2—3 g în amestec cu miere ; se ia dimineata, pe stomacul gol.

Cu acțiune electivă asupra ascarizilor (limbricilor) :

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare).

Decoct din 4 linguri de rădăcini la o cană de apă ; se iau 3—4 linguri pe zi.

Rp. *Cortex Frangulae* (coajă de Crușin) — 50 g

Herba Absinthii (Pelin) — 40 g

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — 10 g

Decoct din 2 lingurițe de amestec la o cană și jumătate de apă, cantitate care se bea în întregime dimineata pe stomacul gol.

Rp. *Cortex Frangulae* (coajă de Crușin) — 30 g

Herba Absinthii (Pelin) — 30 g

Folium Menthae (frunze de Mentă) — 30 g

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — 10 g

Decoct din 2 lingurițe de amestec la o cană și jumătate de apă ; se bea dimineata, pe stomacul gol.

Rp. Herba Absinthii (Pelin)	— 30 g
Radix Gentianae (rădăcină de Ghințură)	— 10 g
Flores Chamomillae (flori de Mușetel)	— 20 g
Herba Centauri (Țintaură)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 30 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea dimineața și seara câte o jumătate de cană cu decoct cald.

EXT. Contra oxiurilor :

Herba Absinthii (Pelin)

Băi locale cu infuzie preparată din 20—30 g de plantă la un litru de apă.

Clisme cu 20—30 g la un litru de apă (de preferat să se adauge și mușetel).

Radix Gypsophyllae et Saponariae (rădăcină de Ipcărige și de Săpunariță).

Băi locale cu decoct preparat din 20—40 g la un litru de apă.

OBSERVAȚIE. În helmintiaze se pot utiliza și semințele de dovleac (decorticate și mărunțite, amestecate cu miere sau lapte). Usturoiul se recomandă contra oxiurilor.

HEMORAGII

Se caracterizează prin ieșirea sîngelui din vase și trecerea în țesuturi (hemoragii interne) sau în afară (externe). Pentru cele interne se va apela de urgență la medic. Pentru hemoragiile ușoare, în special externe, se utilizează plante ce conțin taninuri și vitamina K, sub formă de infuzie și, în special, în tratamentul local extern prin tamponări locale sau cataplasme.

Cortex Quercus (coață de Stejar).

Cataplasme călduțe cu decoct preparat din 2—3 linguri de coață la o cană de apă.

Cortex Salicis (coață de Salcie).

Tamponări locale și cataplasme călduțe cu decoct preparat din 2—3 linguri de coață la o cană de apă.

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcină de Ciuboțica cucului).

Cataplasme călduțe cu infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă sau decoct din o linguriță de rădăcini la o cană de apă.

Herba Salicariae (Răchitan).

Cataplasme călduțe cu decoct preparat din 4 linguri de plantă la o cană de apă.

Pentru hemoragiile interne, ușoare, pînă la ajutorul medical, se pot administra, intern, bolnavului, următoarele infuzii :

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Anserinae (Coadă racului).

Infuzie sau decoct din o lingură de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Salicariae (Răchitan).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Gei (rădăcină de Cerențel).

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă ; se bea neindulcit dimineata, pe stomacul gol.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă).

Decoct din 1—2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Urticae (frunze de Urzică).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de porumb).

Infuzie din 2 linguri la o cană de apă ; se ia cîte o lingură la 3 ore.

Rp. Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 30 g
Herba Anserinae (Coadă racului)	— 20 g
Herba Salicariae (Răchitan)	— 40 g
Stigmata Maydis (mătase de Porumb)	— 10 g

Infuzie (sau decoct prin fierbere 5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, dintre care una dimineața, pe stomacul gol.

Pentru hemoragiile uterine, vezi : METRORAGII.

HEMOROIZI

Tumefieri dureroase, uneori sanguinolente, ale anusului datorită procesului inflamator al venelor hemoroidale.

Se recomandă un tratament mixt cu plante medicinale : intern și extern.

INT. *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 l de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile. În caz de constipație, se adaugă și *Cortex Frangulae* — coajă de Crușin 30% și *Fructus Foeniculi* — fructe de Fenicul 10%.

Folium Urticae (frunze de Urzică) se recomandă în hemoroizi pentru oprirea hemoragiilor, în amestec 1:1 cu *Flores Chamomillae* (flori de Mușetel).

Infuzie din o lingură la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Gei (rădăcină de Cerențel).

Decoct din 2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă, îndulcit cu zaharină sau neîndulcit. Se bea pe stomacul gol.

Ceai laxativ antihemoroidal

Cortex Frangulae (coajă de Crușin) — laxativ ; *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — antiseptic, hemostatic și calmant al durerilor. (Formula Plafar).

Decoct din 1—1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, una dimineața, pe stomacul gol, alta seara la culcare.

Rp. <i>Flores Millefolii</i> (flori de Coadă șoricelului)	— 20 g
<i>Flores Chamomillae</i> (flori de Mușetel)	— 10 g
<i>Folium Juglandis</i> (frunze de Nuc)	— 10 g
<i>Herba Hyperici</i> (Sunătoare)	— 10 g
<i>Herba Taraxaci</i> (Păpădie)	— 10 g
<i>Cortex Frangulae</i> (coajă de Crușin)	— 20 g
<i>Folium Urticae</i> (frunze de Urzică)	— 20 g

Infuzie (5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Cataplasme sau băi locale cu infuzie din 3 linguri de flori la 200 ml de apă.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Băi locale cu 30—60 g de flori la un litru de apă. Se recomandă a se adăuga *Radix Symphyti* (rădăcină de Tătăneasă) 30%.

Folium Malvae (frunze de Nalbă).

Clismă cu infuzie preparată din 2 lingurițe de frunze la o cană de apă.

Folium Rubi fruticosi (frunze de Mur).

Cataplasme cu infuzie 2 linguri de frunze la o cană de apă.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) are acțiune cicatrizantă și decongestivă.

Băi locale sau cataplasme cu decoct preparat din 4—5 linguri de rădăcini la o cană de apă.

Cortex Salicis (coajă de Salcie) se recomandă pentru proprietățile sale hemostatice.

Băi locale cu decoct preparat din 40 g de coajă la un litru de apă.

Cortex Quercus (coajă de Stejar) este un puternic astringent.

Băi locale cu decoct preparat din 20—30 g de coajă la un litru de apă.

Gemmae Populi (muguri de Plop) au proprietăți antiseptice, cicatrizante și calmante.

Băi locale cu infuzie preparată din 15—20 g de muguri la un litru de apă.

Unguent din 20 g de muguri zdrobiți care se umectează cu 5 ml de alcool, lăsându-se la macerat 24 ore în vas închis. Se adaugă 100 g de untură de porc și 5 g de ceară de albine și se ține 3 ore pe baie de apă. Se filtrează, apoi se freacă pînă se obține unguentul.

Uleiul se obține la fel, dar în loc de untură și ceară de albine se folosește ulei comestibil. Tot pentru uzul extern se recomandă următoarea formulă :

Rp. Cortex Quercus (coajă de Stejar)	— 20 g
Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă)	— 20 g
Flores Chamomillae (flori de Mușetel)	— 20 g
Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 20 g
Herba Absinthii (Pelin)	— 10 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 10 g

Din acest amestec se iau 2 linguri care se umectează cu 4 linguri de alcool și se lasă într-un vas acoperit 8—10 ore. Se infuzează apoi cu 100 ml de apă. Se filtrează. Se fac badijonări seara, iar peste noapte se aplică unguentul pe bază de muguri de Plop. Tratamentul este indicat și pentru fisuri anale.

HEPATITA

Afecțiune inflamatorie a ficatului, de obicei datorită infecției virale. Se vor respecta tratamentul și regimul alimentar prescris de medic. În hepatita cronică, alături de regimul prescris de medic se pot utiliza speciile de plante medicinale enumerate la COLICI HEPATO-BILIARE.

Ca hepatoprotector se recomandă :

Fructus Cardui mariani (fructe de Armurariu).

Infuzie din 1 1/2 lingurițe de fructe măcinate la o cană de apă. Se beau 2 căni pe zi ; prima înainte de micul dejun, stîndu-se culcat pe partea dreaptă 20 minute. A doua cană se bea în două rînduri : 1/2 cană după masa de prînz și 1/2 cană după masa de seară. Curele durează 2 săptămîni, cu o pauză de 2 săptămîni.

Herba Serpylli (Cimbru de cultură).

Infuzie din o lingură de plantă la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Herba Meliloti (Sulfină).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Herba Hyperici (Sunătoare).

Infuzie din 2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 pe zi.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile, după mesele principale.

Rp. *Herba Hyperici* (Sunătoare) — 25 g

Herba Chelidonii (Rostopască) — 10 g

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului) — 15 g

Herba Menthae (Mentă) — 15 g

Herba Serpylli (Cimbrișor) — 10 g

Herba Meliloti (Sulfină) — 25 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, după mesele principale.

HIDROPIZIE

Afecțiune caracterizată prin acumularea lichidelor seroase în unele cavități preformate.

Ca adjuvante, alături de tratamentul prescris de medic, se recomandă plante medicinale cu proprietăți diuretice și sudorifice.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se lasă să se răcească pînă la 40°C, se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu. După 6 ore cantitatea de infuzie se bea în 2 reprize, la 4 ore interval.

Flores Sambuci (flori de Soc).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau pînă la 3—4 căni pe zi.

Folium Urticae (frunze de Urzică).

Infuzie din o lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui).

Decoct din o lingură de rădăcini la o cană de apă ; se beau 3 căni pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Infuzie din o linguriță la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Infuzie din 2 linguri la o cană de apă ; se ia câte o lingură la 3 ore.

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 2 lingurițe de plantă la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Herba Absinthii (Pelin) — stimulează și pofta de mâncare.

Infuzie din 1/2 linguriță de plantă la o cană de apă, cantitate care se bea în mai multe reprize, în cursul unei zile.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 7 zile, în 100 ml de alcool 70°, din care se iau câte 15—20 picături de 3 ori pe zi.

Nu se fac cure de lungă durată, deoarece dă tulburări nervoase și digestive. Contraindicat pentru gravide și femei care alăptează.

HIPERACIDITATE

Vezi : GASTRITE HIPERACIDE.

HIPERGLICEMIE

Vezi : DIABET.

HIPERTENSIUNE ARTERIALĂ

Boală caracterizată prin creșterea tensiunii arteriale peste limitele normale.

Alături de unii alcaloizi din plante sau alte principii active utilizate de fitoterapie sau de tratamentul chimio-terapeutic, o serie de plante medicinale sau ceaiuri medicinale folo-

site sub formă de infuzii, macerate sau tincturi, în cure de durată, ameliorează efectele secundare produse de această boală.

Herba Leonuri (Talpa giştii) are proprietatea de a scădea tensiunea prin reglarea ritmului cardiac şi a presiunii sanguine. Are şi efecte sedative remarcabile.

Infuzie preparată din 3 linguri de plantă la o cană de apă; se iau 3—5 linguri pe zi.

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată, timp de 7—8 zile, în 100 ml alcool de 70°; se iau câte 20—40 picături de 2—3 ori pe zi.

Flores, Folia et Fructus Crataegi (flori, frunze şi fructe de Păducel).

Infuzie din o linguriţă la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată, timp de 10 zile, în 100 ml de alcool de 60°. Se iau câte 10—15 picături de 3 ori pe zi.

Herba Hyssopi (Isop) — scade presiunea sanguină datorită dilataţiei arteriale.

Infuzie din 1—2 linguriţe de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Folium Visci (frunze de Visc) au efecte hipotensive remarcabile, dar sînt contraindicate bolnavilor cu leziuni cardiace. În cazul apariţiei unor tulburări de ritm cardiac (aritmie), se întrerupe tratamentul.

Se prepară sub formă de macerat la rece, din 2 linguriţe de frunze care se lasă peste noapte (cca. 8 ore) în 1/2 litru de apă; se filtrează, se îndulceşte şi se bea în cursul unei zile.

Se poate utiliza şi sub formă de pulbere, 1—3 vîrfuri de cuţit pe zi.

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) contribuie la normalizarea tensiunii.

Infuzie preparată din 2—3 linguri de plantă la 200 ml de apă; se iau 4—5 linguri pe zi.

Rp. *Folium Visci* (frunze de Visc) — 30 g

Flores Millefolii (flori de Coada şoricelului) — 10 g

Folium Menthae (frunze de Menta)	— 10 g
Folia Crataegi cum floribus (flori și frunze de Păducel)	— 10 g
Fructus Crataegi (fructe de Păducel)	— 20 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize, în cure de 2—3 luni.

OBSERVAȚIE. Tot ca adjuvant în tratamentul hipertensiunii arteriale este indicat usturoiul, în special în stare proaspătă, un „câțel” în fiecare seară înainte de culcare.

HIPOACIDITATE

Vezi : SINDROAME DISPEPTICE.

HIPOVITAMINOZE

Vezi : AVITAMINOZE.

ICTER

Vezi : HEPATITĂ, COLICI HEPATO-BILIARE și CALCULOZĂ.

INFECȚII URINARE

În această categorie intră cistitele colibacilare, pielitele, pielonefritele și, în general, toate afecțiunile aparatului urinar cauzate de pătrunderea germenilor sau toxinelor acestora printr-un punct oarecare al acestui aparat.

Fitoterapia se bazează, în special, pe plante cu efect diuretic și antiseptic. În majoritatea cazurilor, aplicarea tratamentului cu uleiuri volatile extrase din plante (sub formă de supozitoare și poțiuni pe cale bucală) completat cu specii bogate în unele săruri minerale s-a dovedit superior tratamentului cu antibiotice.

În infecțiile urinare sînt utile majoritatea plantelor descrise la CISTITE și COLICI NEFRETICE.

Se obțin rezultate bune și cu următorul ceai medicinal :

Rp. Flores Meliloti (flori de Sulfină)	— 10 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 20 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 30 g
Herba Serpylli (Cimbrișor)	— 20 g
Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 10 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 10 g

Infuzie (5 minute) din o lingură de amestec la o cană de apă ; 3—4 căni pe zi, timp de 15 zile ; apoi cîte 1—2 căni pe zi timp de o lună.

INFLAMAȚII ALE RINICHILOR ȘI CĂILOR URINARE

Se datoresc în special infecțiilor căilor urinare și se tratează ca atare.

În inflamațiile țesutului renal (nefrite), ale bazinetului renal (pielite) și ale uretrei (uretrite), sînt utile speciile descrise la INFECȚII URINARE și cele menționate la CISTITE și COLICI NEFRETICE.

INSOMNII

Se recomandă infuzii sau decocturi calde (îndulcite cu miere sau zahăr) preparate din plante cu acțiune sedativă sau amestecuri de plante specifice. Se beau cu o jumătate de oră înainte de culcare, preferabil după o baie cu plante sedative.

INT. *Herba Leonuri* (Talpa gîștii).

Infuzie din 3 linguri de plantă la o cană de apă ; se beau 3—5 linguri pe zi (dintre care 1—2 înainte de culcare).

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată, 7—8 zile, în 100 ml de alcool de 70° ; se iau cîte 20—40 picături de 2—3 ori pe zi (ultima dată înainte de culcare).

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană).

Infuzie din o linguriță de rădăcini la o cană de apă ; se bea înainte de culcare.

Pulbere, de 3 ori pe zi câte un vîrf de cuțit.

Tinctură preparată din 20 g de rădăcină macerată 8 zile, în 100 ml de alcool de 70°, din care se iau câte 15—20 picături, de 3 ori pe zi (ultima dată înainte de culcare).

Flores, Folium et Fructus Crataegi (flori, frunze și fructe de Păducel).

Infuzie din o linguriță la o cană de apă, care se bea seara înainte de culcare.

Tinctură preparată din 20 g de plantă macerată 10 zile, în 100 ml de alcool de 60° ; se iau 10—15 picături de 3 ori pe zi, ultima dată înainte de culcare.

Strobili Lupuli (conuri de Hamei).

Infuzie din o lingură de conuri la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi.

Flores Tiliae (flori de Tei).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Herba Meliloti (Sulfină).

Infuzie din o linguriță de plantă la o cană de apă ; se bea seara, înainte de culcare.

Ceai calmant

Dintre componente : *Flores Tiliae* (flori de Tei) și *Strobili Lupuli* (conuri de Hamei) au proprietăți sedative, iar *Herba Leonuri* (Talpa gîștii), *Radix Valerianae* (rădăcină de Valeriană) și *Fructus Crataegi* (fructe de Păducel) au, pe lângă acțiune sedativă, și efecte de reglare a ritmului cardiac. (Formula Plafar).

Infuzie din 1 — 1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi. Se recomandă ca sedativ al sistemului nervos.

Ceai sedativ

Are efect sedativ general și de combatere a insomniilor.

Conține :

Flores Tiliae (flori de Tei), Strobuli Lupuli (conuri de Hamei) — sedative eficiente la care, cu Herba Leonuri (Talpa giștii), Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană), se adaugă și acțiunea de reglare a ritmului cardiac; proprietăți sedative are și Herba Origani (Sovîrv), iar Capita Papaveris (capsule de Mac) au acțiune hipnotică. (Formula Plafar).

Infuzie din 1 — 1 1/2 lingurițe de amestec la o cană de apă, cantitate care se bea seara, înainte de culcare. În cazul insomniilor rebele, se va bea o cană de infuzie și după masă.

Rp. Flores Crataegi (flori de Păducel)	— 10 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Herba Dracocephali (Mătăciune)	— 20 g
Herba Leonuri (Talpa giștii)	— 40 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 10 g

Infuzie din 1—2 linguri de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 40 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 30 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 15 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 15 g

Infuzie din o linguriță de amestec la o cană de apă; se bea cu jumătate de oră înainte de culcare, în cazul insomniilor. În cazul insomniilor rebele, se bea o cană cu infuzie și după masă.

EXT. Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Băi cu infuzie din 100 g de flori la 3 litri de apă, care se adaugă în apa de baie.

Dintr-un amestec de ulei de levănțică cu alcool în cantități egale se adaugă 3—4 g la o baie.

Flores Tiliae (flori de Tei) se adaugă, mai ales, la băla pentru copii.

Băi cu infuzie preparată din 150 g de flori cu bractee la 2—3 litri de apă care se adaugă în apa de baie.

INSUFICIENȚA CARDIACĂ

În această afecțiune, caracterizată prin stare în care inima nu mai poate asigura debitul sanguin necesar din cauza contracțiilor deficitare ale miocardului, se va urma cu strictețe medicația prescrisă de medic.

Ca adjuvante se pot utiliza și unele plante medicinale descrise la : AFEȚIUNI CARDIACE CU SUBSTRAT NER-VOS, ANGINA PECTORALĂ și BOALA REUMATISMALĂ.

INSUFICIENȚA CORONARIANĂ

Vezi : INSUFICIENȚA CARDIACĂ.

Efecte specifice asupra dilatării vaselor coronare au :

Flores, Folium et Fructus Crataegi (flori, frunze și fructe de Păducel).

Infuzie din o linguriță de flori cu frunze și o lingură de fructe la o cană de apă. Această cantitate se bea în cursul unei zile.

Tinctură preparată din 20 g părți de plantă la 100 ml de alcool de 60°. Se macerează 10 zile. Se filtrează. Se iau câte 15—20 picături, de 2—3 ori pe zi, în puțină apă.

LARINGITA

Afecțiune specifică infecțiilor bacteriene sau virale, însoțind inflamația căilor respiratorii, caracterizată prin răgușeală.

Alături de tratamentul chimico-terapeutic prescris de medic, o serie de plante medicinale ameliorează această afecțiune.

INT. *Flores et Radix Althaeae* (flori și rădăcină de Nalbă mare);

Flores et Folium Malvae (flori și frunze de Nalbă de cultură).

Din flori și frunze se prepară o infuzie din o linguriță la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Din rădăcini se prepară un macerat la rece, timp de 1 oră, din o linguriță la o cană de apă (la care se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu), care se bea treptat în cursul unei zile.

Rădăcinile, bine curățate și tăiate în cuburi, pot fi masticate, iar mucilagiile extrase în salivă se înghit.

Flores et Folium Farfarae (flori și frunze de Podbal).

Infuzie preparată din 2—3 linguri la o cană de apă; se bea îndulcită cu miere, treptat în cursul unei zile.

Flores Verbasci (flori de Luminărică).

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă; se bea treptat, în cursul unei zile.

Herba Hyssopi (Isop).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Serpylli et Thymi vulgaris (Cimbrișor de cîmp și Cimbru de cultură).

Infuzie din 1—2 lingurițe de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Infuzie preparată din 2—3 linguri de plantă la o cană de apă, din care se iau 2—3 linguri pe zi.

Ceai pectoral

Flores Tiliae (flori de Tei), *Flores et Folium Malvae* (flori și frunze de Nalbă) — emoliente; *Flores Primulae* (flori de Ciuboțica cucului) — fluidifică secrețiile; *Herba Serpylli* (Cimbrișor), *Herba Violae tricoloris* (Trei frați pătați) — expectorante, antiseptice și calmante ale tusei; *Herba Hyssopi* (Isop) și *Fructus Foeniculi* (fructe de Fenicul) — expectorante și antiseptice. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi. Se recomandă și ceaiul sudorific Plafar.

EXT. *Flores Arnicae* (Arnică).

Gargară cu infuzie preparată din o linguriță de flori la o cană de apă.

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină).

Gargară cu infuzie preparată din 2 linguri de frunze la o cană de apă.

Herba Meliloti (Sulfină).

Gargară cu infuzie din 2 lingurițe de plantă la o cană de apă.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul).

Gargară cu infuzie din 1/2 linguriță de fructe la o cană de apă.

Aetheroleum Menthae (ulei de Menthă), *Aetheroleum Abietis* (ulei de Brad), *Aetheroleum Lavandulae* (ulei de Levănțică).

Inhalație cu câteva picături de ulei turnate în apă fierbinte.

Ceai pentru gargară

Flores Chamomillae (flori de Mușetel), *Folium Salviae* (frunze de Salvie), *Herba Serpylli* (Cimbrisor) — antiinflamatoare și dezinfectante ; *Folium Althaeae* (frunze de Nalbă) — emoliente ; *Capita Papaveris* (capsule de Mac) — ușor anestezice ; *Radix Gei* (rădăcină de Cerențel) — astringente și hemostatice. (Formula Plafar).

Se face gargară de 4—5 ori pe zi cu infuzie preparată din 2 lingurițe la o cană de apă.

LEUCOREE

Scurgeri, de obicei albe, din vagin, datorită unor bacterii patogene, protozoare (*Trichomonază*), fungi (*Candidoze*) sau germeni saprofiți.

Este necesară precizarea cauzei de către medic și insti-tuirea unui tratament de specialitate.

Ca adjuvant al tratamentului de bază, rezultate bune se obțin prin combinarea tratamentului intern cu cel extern (spălături), folosind plante specifice în această afecțiune.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) —care au și acțiune cicatrizantă. Se preferă florile ligulate, fără receptacul.

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă ; 2—3 cani pe zi înainte de masă.

Spălături locale cu 10 g de tinctură (preparată din 20 g de flori macerate, timp de 8 zile, în 100 ml de alcool) la 100 ml de apă fiartă și răcită.

Spălături locale cu infuzie preparată din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Lamii albi (flori de Urzică moartă albă).

Infuzie din 1/2 linguriță de flori la o cană de apă ; se beau 1—2 cani pe zi.

Spălături locale cu infuzie preparată din 50 g de flori la un litru de apă.

Rp. Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) — 30 g
Herba Lamii albi (Urzică moartă albă) — 30 g
Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — 40 g

Infuzie din 1/2 linguriță de amestec la o cană de apă ; se beau 2 cani pe zi, în curs de 1—2 săptămîni.

Rp. Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — 20 g
Folium Urticae (frunze de Urzică) — 10 g
Herba Equiseti (Coadă calului) — 20 g
Herba Lamii albi (Urzică moartă albă) — 30 g
Herba Polygoni (Troscot) — 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 pe zi, timp de 1—2 săptămîni.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușetel) sau
Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului) — 30 g
Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — 30 g
Flores Philadelphii (flori de Iasomie) — 20 g
Folium Salviae (frunze de Salvie) — 10 g
Herba Lamii albi (Urzică moartă albă) — 10 g

Spălături locale cu infuzie preparată din 30 g de amestec de plante la un litru de apă.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	} părți egale
Flores Calendulae (flori de Gălbenele)	
Folium Salviae (frunze de Salvie)	
Herba Lamii albi (Urzică moartă albă)	
Herba Polygoni (Troscot)	
Herba Salicariae (Răchitan)	

Spălături locale sau irigații vaginale cu infuzie preparată din 30 g de amestec de plante la un litru de apă.

LITIAZĂ BILIARĂ

Vezi : CALCULOZĂ BILIARĂ.

LITIAZĂ RENALĂ

Vezi : COLICI NEFRETICE.

MENOPAUAZĂ

Stare fiziologică care survine la femeile între 45—50 ani, caracterizată prin scăderea funcției hormonale normale. Este însoțită de tulburări neuro-vegetative, hiperexcitabilitate, tulburări de ritm cardiac, insomnii etc.

Se recomandă plante cu acțiune sedativă și cu proprietăți hemostatice.

Herba Leonuri (Talpa giștii).

Infuzie din o lingură de plantă la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi.

Flores cum Folium et Fructus Crataegi (flori cu frunze și fructe de Păducel).

Infuzie din o lingură la o cană de apă ; se bea o cană pe zi, în mai multe reprize.

Tinctură preparată din 20 g de flori cu frunze sau 25 g de fructe macerate 10 zile, în 100 ml de alcool de 60°. Se iau 10—15 picături, de 3 ori pe zi.

Flores Lamii albi (flori de Urzică moartă albă).

Infuzie din 1 linguriță de flori la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Rp. *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — 20 g

Flores Crataegi cum folium (flori cu frunze de Păducel) — 15 g

Herba Anserinae (Coadă racului) — 15 g

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) — 25 g

Herba Hyperici (Sunătoare) — 15 g

Herba Leonuri (Talpa giștii) — 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 cealuri pe zi.

METEORISM

Numit și „balonări” reprezintă simptomul unor boli (enterocolite, colecistite, pancreatite, aerofagie etc.), caracterizat prin dilatarea abdomenului datorită gazelor din intestin.

Plantele medicinale utilizate în meteorism se numesc „carminative” și conțin uleiuri volatile și taninuri care inhibă procesele fermentative în cazul în care simptomul este determinat de aceste procese.

Fructus Anisi, Carvi, Coriandri, Foeniculi (fructe de Anason, Chimion, Coriandru, Fenicul).

Infuzie din 1 linguriță de fructe la o cană de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Infuzie din 2 linguri de flori la 1/2 litru de apă, cantitate care se bea în cursul unei zile.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Infuzie din 1—2 lingurițe de flori la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Infuzie din 1 linguriță de frunze la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Basilici (Busuioc).

Infuzie din 1 linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi.

Herba Majoranae (Măghiran).

Infuzie din 1 linguriță de plantă la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. *Radix Valerianae* (rădăcină de Valeriană) — 20 g

Herba Leonuri (Talpa giștii) — 30 g

Folium Melissa (Roiniță) — 30 g

Fructus Carvi (fructe de Chimion) — 10 g

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—3 căni pe zi.

În meteorism cu tendință spre constipație se recomandă:

Rp. *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — 20 g

Folium Menthae (frunze de Mentă) — 10 g

Fructus Carvi (fructe de Chimion) — 10 g

Fructus Coriandri (fructe de Coriandru) — 10 g

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — 10 g

Cortex Frangulae (coajă de Crușin) — 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2 căni pe zi, după mesele principale.

În meteorism cu tendință spre diaree:

Rp. *Flores Millefolii* (flori de Coadă șoricelului) — 20 g

Folium Menthae (frunze de Mentă) — 20 g

— *Herba Agrimoniae* (Turiță mare) — 10 g

Herba Anserinae (Coadă racului) — 10 g

Herba Hyperici (Sunătoare) — 10 g

Fructus Coriandri (fructe de Coriandru) — 30 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

MENORAGII

Vezi : METRORAGII.

METRORAGII

Atît metroragiile — scurgeri de sînge de origine uterină, în afara fluxului menstrual normal, cît și menoragiile — menstruațiile care depășesc ca durată 6—7 zile, presupun cauze multiple și necesită diagnostic și tratament medical de specialitate.

Ca adjuvante, se pot folosi și unele plante medicinale :

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului).

Infuzie preparată din 2—3 linguri de plantă la 200 ml de apă ; se iau 4—5 linguri pe zi.

Herba Salicariae (Răchitan).

Infuzie din 1 linguriță de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Herba Polygoni (Troscot).

Infuzie din 1 lingură de plantă la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Folium Urticae (frunze de Urzică).

Infuzie din 1 lingură de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului) — 20 g

Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului) — 30 g

Herba Equiseti (Coadă calului) — 10 g

Herba Polygoni (Troscot) — 20 g

Cortex Quercus (coajă de Stejar) — 10 g

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei) — 10 g

Decoct, prin fierbere timp de 10 minute, din 1—2 linguri de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi, înghițitură cu înghițitură.

Rp. Herba Bursae pastoris (Traista ciobanului)	— 30 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 25 g
Herba Polygoni (Troscoț)	— 30 g
Flores Lavandulae (Levănțică)	— 15 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi, înghițitură cu înghițitură.

MIGRENE

Dureri de cap însoțite de tulburări digestive și senzoriale.

Flores Tiliae (flori de Tei).

Infuzie din o lingură de flori la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi îndulcite cu miere.

Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Infuzie din o linguriță de flori la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Flori pulverizate (cca. 1 g) luate câteva ore după masă.

Folium Menthae (frunze de Mentă).

Cataplasme reci pe frunte, la temple, cu infuzie preparată din o linguriță de frunze la o cană de apă.

Rp. *Flores Tiliae* (flori de Tei) — 40 g

Herba Leonuri (Talpa gîștii) — 40 g

Flores Crataegi cum folium (flori cu frunze de Păducel) — 10 g

Folium Melissa (frunze de Roiniță) — 10 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă; se beau 2—3 căni pe zi.

NEFRITE

Vezi: INFLAMAȚII ALE RINICHILOR ȘI ALE CĂILOR URINARE.

Vezi : ECZEME.

NEURALGII

Dureri pe traiectul unui nerv senzitiv sau pe ramificațiile acestuia.

Există specii de plante medicinale care acționează specific pe nervul trigemen sau asupra altor nervi senzitivi. Aceste plante presupun însă o prelucrare specială de către industria farmaceutică.

Pentru calmarea nevralgiilor se recomandă următorul ceai medicinal :

Rp. Herba Leonuri (Talpa giștii)	— 40 g
Herba Basilici (Busuioc)	— 10 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 30 g
Flores Crataegi (flori de Păducel)	— 10 g

O lingură de amestec de plante la o cană de apă rece ; se fierbe timp de 5 minute la foc domol. Se lasă în repaos 10 minute. Se filtrează. Se beau 2—3 căni pe zi la nevoie.

Pentru a diminua abuzul de antinevralgice, de multe ori tratamentul local cu plante medicinale sau uleiuri volatile din plante sub formă de fricțiuni sau masaje a locului dureros dau rezultate bune.

Semen Sinapis nigrae (semințe de Muștar negru) — din care se prepară făina de muștar (*Farina Sinapis*).

Băi locale cu 25—30 g de făină de muștar într-un săculeț peste care se toarnă 2—3 l de apă caldă la 25—30°C, timp de 20—30 minute.

Băi generale cu 250 g de făină de muștar într-un săculeț care se agită în apa de baie timp de 20—30 minute.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Fricțiuni cu ulei (soluție 1 $\frac{1}{2}$ % în alcool).

Aetheroleum Juniperi (ulei volatil de Ienupăr).

Fricțiune cu soluție alcoolică (5 ml de ulei la 95 ml de alcool de 95°) la locul dureros.

Rezultate bune se obțin și cu următoarea fricțiune :

Rp. <i>Aetheroleum Abieti</i> (ulei volatil de Brad)	— 3 g
<i>Aetheroleum Foeniculi</i> (ulei volatil de Fenicul)	— 3 g
<i>Aetheroleum Hyssopi</i> (ulei volatil de Isop)	— 3 g
<i>Aetheroleum Lavandulae</i> (ulei volatil de Lavandă)	— 3 g
<i>Aetheroleum Menthae</i> (ulei volatil de Mentă)	— 3 g
Glicerină	— 5 g
Alcool 95°	— 10 g

Extern, pentru masaje locale la locul dureros.

NEVROZE

Complex de tulburări psihice care apar, în special, în urma suprasolicităților sistemului nervos. De obicei, fenomenul este reversibil.

Un tratament susținut pe bază de plante medicinale, asociat cu microelemente : magneziu, cobalt, litiu, siliciu etc. și vitamine (A, B, C și D), are efecte favorabile în majoritatea nevrozelor.

Rp. <i>Herba Leonuri</i> (Talpa giștii)	— 50 g
<i>Herba Origani</i> (Sovîrv)	— 10 g
<i>Strobili Lupuli</i> (conuri de Hamei)	— 20 g

Infuzie din 1—2 linguri de amestec la o cană de apă ; se beau încet 1—2 căni de ceai îndulcite cu miere, cu o jumătate de oră înainte de culcare.

Rp. Flores Tiliae (flori de Tei)	: — 20 g
Flores Crataegi cum folium (flori cu frunze de Păducel)	— 20 g
Flores Loti corniculati (flori de Ghizdei)	— 20 g
Cortex Salicis (coajă de Salcie)	— 10 g
Herba Equiseti (Coada calului)	— 15 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 15 g

O lingură din amestecul de plante se fierbe cu o cană de apă rece. Se continuă fierberea timp de 10 minute pe baia de apă sau la foc domol. Se îndulcește cu miere. Se bea 2 căni, seara la interval de o oră, ultima chiar înainte de culcare.

Ceai calmant

Flores Tiliae (flori de Tei), Strobuli Lupuli (conuri de Hamei), Herba Leonuri (Talpa giștii), Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) și Fructus Crataegi (fructe de Păducel) sînt plante cu acțiune sedativă și de reglare a ritmului cardiac. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă; se bea 1—2 căni pe zi.

Ceai sedativ

Acest ceai este indicat și în insomnii.

Flores Tiliae (flori de Tei), Strobuli Lupuli (conuri de Hamei), Herba Leonuri (Talpa giștii), Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană) și Herba Origani (Sovîrv), plante cu acțiune sedativă și antispastică și Capita Papaveris (capsule de Mac) cu acțiune ușor hipnotică. (Formula Plafar).

Infuzie din 1—1½ lingurițe de amestec la o cană de apă; se bea o cană seara, înainte de culcare.

NEVROZĂ CARDIACĂ

Tulburări cardiace subiective care se manifestă prin senzații de sufocare și palpitații.

Vezi: NEVROZE și AFECȚIUNI CARDIACE CU SUBSTRAT NERVOS.

OBEZITATE

În acest tip de afecțiune caracterizată prin excesul de greutate al corpului față de limitele normale datorită în special unor tulburări metabolice sau glandulare, nu există specii de plante caracteristice. Alături de recomandările terapeutice și dietetice ale medicului specialist, pot fi utilizate unele ceaiuri medicinale preparate din specii cu acțiune diuretică, laxativă și sudorifică.

Un ceai medicinal recomandat în această afecțiune :

Rp. Cortex Frangulae (coață de Crușin)	— 30 g
Folium, Herba et Radix Taraxaci (frunze sau planta întreagă cu rădăcină de Păpădie)	— 20 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 20 g
Stigmata Maydis (mătase de Porumb)	— 10 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 10 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 10 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 cani pe zi, neîndulcit, între mese, timp de 2—3 luni.

OXIURAZĂ

Vezi : HELMINTIAZĂ.

PALPITAȚII

Vezi : NEVROZĂ CARDIACĂ.

PIELITE

Vezi : INFLAMAȚII ALE RINICHILOR ȘI CĂILOR URINARE.

PIELONEFRITE

Vezi : PIELITE.

PLĂGI

Vezi : RĂNI.

PNEUMONIE

Afecțiuni pulmonare de diferite etiologii caracterizate prin inflamația fără supurație a parenchimului pulmonar. Tratatamentul fitoterapeutic adjuvant poate fi urmat în paralel cu tratamentul de bază prescris de medic.

Un ceai medicinal cu acțiune antibacteriană și emolientă este următorul :

Rp. Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 25 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g
Flores Primulae (flori de Ciuboțica cucului)	— 10 g
Flores Sambuci (flori de Soc)	— 25 g
Radix Primulae (rădăcină de Ciuboțica cucului)	— 5 g
Herba Hyssopi (Isop)	— 10 g
Herba Thymi (Cimbru)	— 5 g

Decoct prin fierbere 5 minute, la foc domol, din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi, îndulcite cu miere.

În perioada de convalescență, se recomandă următorul ceai medicinal vitaminizant :

Rp. Fructus Cynosbati (fructe de Măceș)	— 40 g
Fructus Hippophaë (fructe de Cătină)	— 30 g
Folium Primulae (frunze de Ciuboțica cucului)	— 20 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni de infuzie caldută pe zi, îndulcită cu miere.

PROSTATITĂ

Afecțiune caracterizată prin inflamația glandei prostatice. Sint două forme clinice: prostatita acută, caracterizată prin edem și infiltrație granulocitară interstițială, însoțită de cele mai multe ori de colecții purulente, și prostatita cronică caracterizată prin scleroza țesutului interstițial, atrofie a epitelului, de cele mai multe ori cu proliferări papilifere. Forma cronică este destul de frecventă la persoanele vîrstnice.

În această afecțiune, diagnosticul și tratamentul corect aparțin medicului specialist și chirurgului.

Numai ca adjuvante ale tratamentului de bază pot fi utilizate în uz intern sau în băi locale unele plante medicinale sau uleiuri volatile.

Dintre acestea mai frecvent recomandate sînt:

Turiones Pini (muguri de Pin).

Infuzie preparată din 20—30 g de muguri la un litru de apă. Se beau 3 căni pe zi, timp de 2 săptămîni.

Aetheroleum Pini (ulei volatil de Pin).

Se iau 3—10 picături pe zi, în puțin zahăr, timp de 2 săptămîni.

Flores Lamii albi (flori de Urzică moartă albă).

Infuzie din 1/2 lingură de flori la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize.

Rp. Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă) — 20 g

Flores Lamii albi (flori de Urzică moartă albă) — 10 g

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — 20 g

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — 20 g

Herba Basilici (Busuioc) — 20 g

Turiones Pini (muguri de Pin) — 10 g

Decoct preparat din 3 linguri de amestec de plante la 1 litru de apă pentru băi locale și spălături.

PRURIT (PRURIGO)

Vezi : ECZEME.

PULPITA

Vezi : ABCESE DENTARE.

RAHITISM

Boală a metabolismului general produsă, în special, de lipsa vitaminei D, care se manifestă la unii copii datorită alimentației defectuoase a sugarului. Consecința rahitismului este diminuarea sau chiar absența mineralizării zonei de creștere a oaselor și deformarea membrelor inferioare. Tratamentul de bază constă într-o alimentație adecvată, administrarea periodică a vitaminei D₂ și helioterapia. Prin aportul lor de vitamine și săruri minerale, se pot administra ca adjuvante și unele preparate din plante medicinale.

Rp. Fructus Cynosbati (fructe de Măceș)	— 30 g
Fructus Hippophaë (fructe de Cătină)	— 30 g
Folium Primulae (frunze de Ciuboțica cucului)	— 20 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi, îndulcite cu miere. Se recomandă asocierea cu suc de morcovi și de tomate.

Folium Juglandis (frunze de Nuc).

Băi tonifiante cu infuzie preparată din 50 g de frunze uscate la fiecare litru de apă.

RĂNI

Rănilor sau plăgilor sînt leziuni ale dermei sau ale țesuturilor moi produse de agenți fizici, chimici sau datorită infecțiilor microbiene. În cazul în care nu există posibilitatea

acordării unui prim ajutor calificat sau administrării de antiseptice clasice, se poate recurge la specii de plante cu acțiune dezinfectantă spre a se evita infectarea răni. Unele plante medicinale se folosesc pentru calmarea durerilor, iar altele, datorită substanțelor active pe care le conțin, favorizează cicatrizarea.

Plantele medicinale cu acțiune dezinfectantă conțin uleiuri volatile și alte substanțe antimicrobiene, unele comparabile ca acțiune antibacteriană cu antibioticele sau sulfamidele, iar alte specii de plante conțin taninuri care au proprietatea de a coagula protidele microbiene, împiedicând astfel înmulțirea lor.

Ca plante cu acțiune dezinfectantă se pot utiliza în special următoarele :

Herba Thymi vulgaris et Herba Serpylli (Cimbru de cultură și Cimbrisor).

Spălături locale și comprese cu decoct preparat din 2 linguri. părți aeriene de plantă la o cană de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Băi locale și cataplasme cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Herba Origani (Sovîrv).

Băi locale sau comprese cu infuzie din 2 linguri de plantă mărunțită (recoltată în timpul înfloririi) la o cană de apă.

Herba Hyssopi (Isop).

Băi locale și comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Băi locale și comprese cu infuzie preparată din 1 lingură de flori la o cană de apă la care se adaugă 3—4 g ulei de levănțică, în părți egale cu alcool, sau 10 ml de apă de colonie de levănțică.

În același scop se pot utiliza următoarele ceaiuri medicinale de uz extern :

Rp. Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 20 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 30 g
Herba Serpylli (Cimbrisor)	— 30 g
Gemmae Populi (muguri de Plop)	— 10 g
Rhizoma Gei (rizom de Cerențel)	— 10 g

Băi locale și comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de plante la o cană de apă.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușetel)

Flores Lavandulae (flori de Levănțică)

Folium Juglandis (frunze de Nuc)

Herba Thymi (Cimbru)

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei)

Spălături și comprese cu infuzie din 2 linguri de plante la o cană de apă.

Cu acțiune calmantă pentru răni se pot utiliza următoarele :

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Băi locale și comprese cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Flores et Radix Primulae (flori și rădăcină de Ciuboțica cucului).

Cataplasme calde pe locurile dureroase cu infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă sau cu decoct din 1 linguriță de rădăcini la o cană de apă.

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Băi locale cu infuzie preparată din 1 lingură de muguri la o cană de apă.

Unguent preparat din 20 g de muguri, zdrobiți și mace-rați 24 ore, în 10 ml de alcool. Se adaugă 100 g de untură și 5 g de ceară de albine, se ține pe baia de apă 3 ore. După filtrare la cald se amestecă pînă la omogenizare completă.

Se poate utiliza și uleiul de muguri de plop, folosindu-se în locul unturii și a cerii, ulei de floarea-soarelui, soia sau de măsline.

Cu acțiune cicatrizantă se recomandă :

Flores Arnicae (flori de Arnică).

Comprese locale sau badijonări cu tinctură de Arnică preparată din 20 g de flori macerate, timp de 10 zile, în 100 ml de alcool 1 : 1.

OBSERVAȚIE. În cazul plăgilor întinse, tinctura se va dilua cu infuzie de mușetel de 70°.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele).

Băi locale și comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de flori ligulate (fără capitul) la o cană de apă.

Badijonări sau comprese cu tinctură preparată din 20 g de flori macerate timp de 8 zile, în 100 ml de alcool de 70°.

Herba Hyperici (Sunătoare).

Spălături locale sau comprese cu infuzie preparată din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Pansamente cu ulei de sunătoare preparat din 20 g de plantă macerată, în prealabil 12 ore, în 20 ml de alcool, după care se adaugă 200 ml de ulei comestibil și se ține pe baia de apă la fierbere 3 ore. Se filtrează prin tifon presându-se planta.

Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă).

Băi locale și comprese cu decoct preparat din 4 linguri de rădăcini la o cană de apă.

Badijonări cu tinctură preparată prin macerarea a 20 g de rădăcini fragmentate mărunt, timp de 8 zile, în 100 ml de alcool de 70°.

Herba Hyssopi (Isop).

Băi locale sau comprese cu infuzie din 1 lingură de plantă la o cană de apă.

Turiones Pini (muguri de Pin).

Băi locale sau comprese cu infuzie preparată din o lingură de muguri la o cană de apă.

Pentru cicatrizarea rapidă a rănilor se recomandă :

Rp. Flores Arnicae (flori de Arnică)	— 15 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 25 g
Radix Symphyti (rădăcină de Tătăneasă)	— 20 g
Cortex Quercus (coajă de Stejar)	— 20 g

Pentru a obține extract hidroalcoolic se macerează 2 linguri din amestecul de plante timp de 12 ore, în cca. 10 ml alcool. Din macerat se prepară o infuzie cu 100 ml de apă clocotită, care după 15 minute se filtrează prin tifon dublu. Se badijonează rănilor de 3 ori pe zi.

Pentru răni purulente se folosesc, în special, plantele cu acțiune antibacteriană și astringentă, dintre care : *Calendula officinalis* (Gâlbenele) — flori, *Matricaria chamomilla* (Mușețel) — capitulele florale, *Salvia officinalis* (Salvia) — flori, *Potentilla anserina* (Coada racului) — părți aeriene de plantă recoltate în timpul înfloririi sau rădăcinile recoltate primăvara devreme sau toamna târziu, *Juglans regia* (Nuc) — frunze ș.a., din care se prepară infuzii din 3—4 linguri de

plante la o cană de apă. Se fac băi locale sau cataplasme. Pentru infuzie apa se va fierbe în prealabil cel puțin 15 minute, iar plantele utilizate se vor spăla înainte de infuzare cu apă fiartă și răcită. Se vor folosi comprese sterile sau tifon sterilizat.

SCIATICĂ

Dureri puternice provocate datorită unor procese inflamatorii sau prin compresiunea nervului sciatic sau altor cauze. Nevralgia sciatică are la bază, de obicei, hernia de disc intervertebral însoțită de contractarea musculaturii paravertebrale lombare și hipotonia mușchilor din zona respectivă.

Pînă la asistența medicală de specialitate sau în lipsa acesteia, pentru tratamentul simptomatic local se pot utiliza unele extracte din plante cu acțiune revulsivă, cum sînt :

1 Tinctura preparată din fructe mature, uscate, provenind de la planta *Capsicum annuum* (Ardei iute), prin macerare 15 g de fructe pulverizate grosier, macerate timp de 7 zile, în 100 ml de alcool de 70°.

O altă formulă cuprinde următoarele componente :

Rp. Tinctura Capsici (tinctură de Ardei iute)

Spiritus Saponatus (spirt de săpun)

Spiritus Camphoratus (spirt de Camfor)

Oleum Rosmarini (ulei volatil de Rosmarin)

Oleum Lavandulae (ulei volatil de Levănțică)

Ammonium hy. Solutum (soluție apoasă de amoniac)

D. s. extern.

Spirtul de săpun se prepară din 16 g săpun (preferabil de potasiu), alcool etilic 50 g și apă 34 g. Se amestecă ingredientele pînă la dizolvarea săpunului. După 24 ore se filtrează. Spirtul de Camfor se prepară din 10 g de camfor, 70 g de alcool etilic de 96°, cantitate care se completează cu apă pînă la 100 g. Camforul se dizolvă în alcool, iar apa se adaugă treptat în mici cantități. Soluția apoasă de amoniac conține cca. 10% amoniac gaz și se procură de la farmacii. Uleiul volatil de rosmarin se poate înlocui în lipsa acestuia cu ulei volatil de Isop.

Fie cu tinctura simplă de ardei iute, fie cu amestecul de mai sus, se fricționează locul dureros. La persoanele cu pielea mai sensibilă se diluează amestecul de tincturi cu apă în părți egale (1 : 1). În acest caz, apare o ușoară opalescență datorită precipitării camforului și separării uleiurilor volatile. Se agită soluția bine înainte de întrebuințare.

Se pot aplica local prișnițe cu vată îmbibată cu soluția respectivă, pusă între două tifoaane. Acest „tratament empiric” este numai pentru moment. Se va recurge cât mai curând posibil la tratamentul medical de specialitate.

SCORBUT

Boală datorită deficienței de vitamina C, care se manifestă prin sîngerarea gingiilor, hemoragii articulare, anemie etc.

Vezi : AVITAMINOZE.

Sursa cea mai bogată de vitamina C naturală o constituie fructele de măceș, în special cele recoltate de la speciile care cresc în zonele montane superioare. Urmează fructele de cătină albă, coacăz negru, fructele de pădure (zmeură, mure, frăguțe, afine, coacăze), apoi citricele, numeroase legume și zarzavaturi etc.

SILICOZĂ

Inflamația cronică a țesutului pulmonar datorită, în special, inhalării unor particule pulverulente de bioxid de siliciu. Este o boală profesională a muncitorilor din fabricile de sticlă, din mine etc.

Afecțiunea fiind destul de gravă, necesită tratament de specialitate.

În fitoterapie se recomandă tratamentul îndelungat cu :

Folium Farfarae (frunze de Podbal).

Infuzie din 2 linguri de frunze uscate, mărunțite, la o cană de apă ; se beau 2—3 căni de infuzie îndulcită cu zahăr sau miere pe zi, timp de 3 luni. În timpul acestui tratament, se recomandă de 3 ori pe săptămână cîte 2 lingurițe de hrean ras mărunț în miere (1 parte hrean la 2 părți miere).

SINDROM ALERGIC

Vezi : ALERGIE.

SINDROAME DISPEPTICE

Sindroamele dispeptice cuprind un grup mare de tulburări digestive care se manifestă diferit : prin greață, când se recurge după caz la vomitive sau antivomitive ; prin hiperaciditate sau anaciditate când se apelează la produse farmaceutice specifice acestor sindroame.

Tot în cadrul sindroamelor dispeptice caracterizate prin balonări — la rîndul lor fie datorită înghițirii unor cantități mai mari de aer o dată cu alimentele, fie datorită unor procese chimice sau biochimice (fermentative) — care pot surveni în procesele digestive, apar colici puternice. Senzația de balonare este cunoscută și sub denumirea de meteorism, fiind produsă de acumularea în exces a gazelor în tubul digestiv, iar eliminarea lor se numește flatulență.

În cazuri ușoare și medii dispeptice se poate recurge la fitoterapie, utilizînd plante sau produse vegetale cunoscute și sub numele de carminative.

Pentru absorbția gazelor se utilizează ca cel mai simplu adsorbant cărbunele vegetal (preferabil din lemn de Tei și Crușin). Ceaiurile medicinale carminative conțin, în special, plante cu uleiuri volatile și se administrează, de obicei, cu 1/2 oră înainte de mesele principale.

Rp. Fructus Carvi (fructe de Chimion)	— 20 g
Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 20 g
Herba Centauri (Țintaură)	— 10 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 30 g
Herba Leonuri (Talpa gîștii)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea 1/2 cană cu 30 minute înainte de mesele principale. Ceaialtă jumătate de cană cu infuzie se bea după mîncare.

Rp. Fructus Carvi (fructe de Chimion)	— 20 g
Fructus Coriandri (fructe de Coriandru)	— 10 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Herba Dracocephali (Mătăciune)	— 30 g
Strobili Lupuli (Hamei)	— 20 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea cîte 1/2 cană cu o jumătate oră înainte de mesele principale.

Rp. Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul)	— 10 g
Fructus Coriandri (fructe de Coriandru)	— 10 g
Flores Millefolii (flori de Coada șoricelului)	— 40 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2 căni pe zi între mesele principale.

Cele trei rețete sînt contraindicate, fie datorită uleiurilor volatile, fie substanțelor amare pe care le conțin, în gastrite hiperacide și în ulcerul gastroduodenal.

În dispepsii se recomandă următoarea formulă :

Rp. Flores Calendulae (flori de Gălbenele)	— 20 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 10 g
Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă mare)	— 20 g
Radix Liquiritiae (rădăcină de Lemn dulce)	— 20 g
Rhizoma Calami (rădăcină de Obligeană)	— 20 g
Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană)	— 10 g

O lingură din amestecul de plante, bine fragmentate, se lasă la macerat peste noapte în 1/2 cană apă. Se filtrează prin presare printr-un tifon dublu. Peste plantele din tifon se toarnă o cană de apă clocotită și se infuzează timp de 15 minute. După filtrare se reunesc cele două extracte apoase. Se bea cîte 1/2 cană înainte de mesele principale și cîte 1/2 cană după mîncare.

STOMATITA

Stare inflamatorie a mucoasei cavității bucale care se manifestă sub forma unor leziuni dureroase care împiedică masticția și deglutiția. Cauzele pot fi multiple : de natură infecțioasă, alergică, toxică, viroze ș. a.

În stomatitele infecțioase se recomandă specii de plante cu acțiune antibacteriană :

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Gargară și clătirea cavității bucale de 4—5 ori pe zi cu infuzie preparată din 2—3 linguri de inflorescențe la o cană de apă, la care după filtrare se adaugă 4 g de acid boric.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 10 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 10 g
Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 10 g
Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 20 g
Herba Agrimoniae (Turiță mare)	— 20 g
Rhizoma Gei (rizom de Cereșel)	— 30 g

Decoct (prin fierbere 10 minute) din 2 linguri de amestec de plante la o cană de apă. Se face gargară și se clătește cavitatea bucală de 4—5 ori pe zi, cite 5 minute de fiecare dată.

Pentru stomatite de natură alergică :

Pe lingă tratamentul extern cu ceaiul menționat, se recomandă în uz intern :

Rp. Herba Violae tricoloris (Trei frați pătați)	— 40 g
Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 20 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Herba Leonuri (Talpa gîștii)	— 20 g
Herba Menthae (Mentă)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, timp de 5—6 zile.

TAHICARDIE

Vezi : AFECȚIUNI CARDIACE CU SUBSTRAT NERVOS
ȘI NEVROZĂ CARDIACĂ.

TRANSPIRAȚIE

Prin transpirație sau „sudorație“ se elimină apa, bioxidul de carbon și sărurile minerale la nivelul tegumentelor.

Plantele medicinale numite și „antisudorifice“ se utilizează intern sau extern numai în cazul transpirației excesive la nivelul axilelor, miinilor și picioarelor.

Intern se recomandă următorul ceai medicinal :

Rp. Folium Juglandis (frunze de Nuc)	— 30 g
Folium Salviae (frunze de Salvie)	— 10 g
Herba Equiseti (Coadă calului)	— 30 g
Rhizoma Graminis (rizomi de Pir)	— 30 g

Decoct (prin fierbere 15 minute) la foc domol, preparat din o lingură de amestec la o cană de apă. Se beau 1—3 căni pe zi.

Extern se recomandă băi locale cu :

Cortex Quercus (coață de Stejar).

Decoct din 20—30 g de coață la un litru de apă.

TRAUMATISME

Vezi : CONTUZII și RĂNI.

TRICOMONoză GENTALĂ

Vezi : LEUCOREE.

TUBERCULOZĂ PULMONARĂ

Boală infecțioasă localizată la nivelul plămînilor, provocată de bacilul Koch. Pentru vindecare este decisiv tratamentul medical de specialitate. Ca adjuvante se recomandă, pentru remineralizarea țesutului conjunctiv, plante care conțin acid silicic. Pentru solubilizarea acestuia din plante se prepară decocturi.

În perioada de convalescență se utilizează unele specii de plante medicinale care conțin săruri minerale, vitamine, substanțe antibacteriene etc.

Pentru acțiunea remineralizantă se indică cure de 6 luni pînă la 2 ani cu :

Rp. Herba Equisetii (Coadă calului)	— 40 g
Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 40 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g

Decoct (prin fierbere 15 minute) din 5 linguri amestec de plante la 1,5 l de apă. Se beau, îndulcite cu miere sau zahăr, zilnic 3—4 căni. Se poate utiliza și neîndulcit în locul apei, în fiecare zi.

Rp. Herba Equiseti (Coadă calului)	— 20 g
Herba Polygoni (Troscot)	— 15 g
Folium Farfarae (frunze de Podbal)	— 20 g
Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 5 g
Rhizoma Graminis (rizom de Pir)	— 15 g
Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr)	— 5 g
Strobuli Lupuli (conuri de Hamei)	— 20 g

Decoct din o lingură de amestec la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi, 3—6 luni.

În timpul acestei cure se recomandă săptămînal consumarea a 500 g miere amestecată cu hrean ras (1—2 rădăcini de Hrean) din care se ia cite 1 lingură cu 1/2 oră înainte de masa de prînz și seara.

Pentru completarea necesarului de vitamine, în special în perioada de iarnă și primăvară, se recomandă următorul ceai medicinal :

Rp. Fructus Cynosbati (Măceșe)	— 40 g
Fructus Hippophaë (fructe de Cătină)	— 40 g
Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 10 g
Folium Primulae (frunze de Ciuboțica cucului)	— 10 g

Infuzie din 2 lingurițe de amestec la o cană de apă ; se bea 1—2 căni pe zi.

TULBURĂRI DE RITM CARDIAC

Vezi : AFECȚIUNI NERVOASE CU SUBSTRAT NERVOS.

TUSE CONVULSIVĂ

Vezi : BRONȘITĂ.

ULCER GASTRIC

Vezi : GASTRITE.

ULCERE VARICOASE

Vezi : AFECȚIUNI VASCULARE.

UREMIE

Sîndrom provocat de insuficiența renală acută sau cronică care se manifestă la nivel digestiv, cardiovascular, respiratoriu, cutant etc., caracterizat prin retenția de compuși azotați, dezechilibru hidroelectrolitic și acido-bazic.

Ca adjuvante ale tratamentului medical de specialitate, se utilizează următoarele plante sau ceaiuri medicinale :

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Infuzie din 2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Infuzie din o linguriță de mătase de Porumb fragmentată, la o cană ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. <i>Folium Betulae</i> (frunze de Mesteacăn)	— 20 g
<i>Folium Cynarae</i> (frunze de Anghinare)	— 5 g
<i>Folium Urticae</i> (frunze de Urzică)	— 15 g
<i>Herba Agrimoniae</i> (Turiță mare)	— 20 g
<i>Stigmata Maydis</i> (mătase de Porumb)	— 40 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi.

Rp. <i>Folium Betulae</i> (frunze de Mesteacăn)	— 20 g
<i>Folium Cynarae</i> (frunze de Anghinare)	— 30 g
<i>Herba Equiseti</i> (Coadă calului)	— 30 g
<i>Radix Petroselini</i> (rădăcină de Pătrunjel)	— 10 g
<i>Fructus Cynosbati</i> c. semine (fructe de Măceș)	— 10 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 2—3 căni pe zi, după mesele principale.

Pentru cei care suferă și de diabet se recomandă :

Rp. <i>Folium Betulae</i> (frunze de Mesteacăn)	— 10 g
<i>Folium Myrtilli</i> (frunze de Afin)	— 30 g
<i>Fructus Hippophaë</i> (fructe de Cătină)	— 30 g
<i>Herba Galegae</i> (Ciumărea)	— 30 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă ; se beau 1—2 căni pe zi, neîndulcite, timp de cel puțin o lună.

URETRITE

Vezi : INFLAMAȚII ALE RINICHILOR ȘI CAILOR URINARE.

URTICARIE

Vezi : ALERGIE.

UTEROMANIE

Cunoscută și sub numele de nimfomanie, uteromania este o stare de hiperexcitabilitate sexuală la femei. Deoarece poate fi consecința unor tulburări hormonale este necesar examenul medicului specialist. În cazurile pasagere, se pot administra plante sau ceaiuri medicinale cu acțiune sedativă.

Rp. Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 10 g
Flores Crataegi (flori de Păducel)	— 5 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 10 g
Herba Leonuri (Talpa gîștii)	— 30 g
Herba Origani (Sovîrv)	— 15 g
Strobuli Lupuli (conuri de Hamei)	— 30 g

Infuzie din 2 linguri de amestec la o cană de apă ; se bea încet 1—2 căni de ceai pe zi îndulcite cu miere.

VOMĂ

Starea de vomă provoacă evacuarea violentă a conținutului stomacal pe gură datorită unui act reflex. În cazul în care fenomenul se repetă, cauzele pot fi multiple (indigestie sau intoxicație alimentară sau alcoolică, afecțiuni hepatobiliare, sarcină, emoții puternice de frică etc.). Este necesară stabilirea diagnosticului de către medic.

În cazul în care este vorba de o manifestare trecătoare, după golirea conținutului stomacal se pot administra următoarele ceaiuri medicinale :

Folium Menthae (frunze de Mentă).

Infuzie din 1—2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se bea rece, neîndulcit, treptat, în înghițituri mici.

Folium Melissa (frunze de Roiniță).

Infuzie din 1—2 lingurițe de frunze la o cană de apă ; se bea 2—3 căni pe zi. Poate fi luată și de femeile gravide.

Rp. Folium Menthae (frunze de Mentă)	— 30 g
Folium Melissa (frunze de Roiniță)	— 30 g
Herba Leonuri (Talpa gîștii)	— 20 g
Flores Tiliae (flori de Tei)	— 20 g

Infuzie din 1 lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

În cazul în care persistă senzația de vomă, pentru a stimula actul reflex, se poate administra un decoct neîndulcit din :

Radix Primulae (rădăcină de Ciuboțica cucului)

sau

Radix Saponariae (rădăcină de Săpunărită)

Decoct din 1—2 lingurițe de rădăcini la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

XEROFTALMIE

Boala este urmarea, în special, a deficienței de vitamina A, care se manifestă prin uscarea conjunctivei și corneei.

În fitoterapie se recomandă suc proaspăt de morcovi, cca. 1000 ml/zi, timp de 1—2 luni, și următorul ceai medicinal :

Rp. Fructus Cynosbati (fructe de Măceș)	— 30 g
Fructus Hippophaë (fructe de Cătină)	— 30 g
Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 20 g
Flores Tagetes (flori de Crăițe)	— 10 g
Fructus Myrtilli (fructe de Afin)	— 10 g

Infuzie din o lingură de amestec la o cană de apă; se beau 1—2 căni pe zi.

ZONA — ZOSTER

Viroză neurocutanată care se manifestă prin erupții foarte dureroase de-a lungul unui nerv. În funcție de locul unde apar, pot fi auriculare, faciale, occipito-cervicale sau intercostale.

Deoarece durerile provocate de această viroză pot să se repete de mai multe ori, chiar de două ori pe săptămână, se recomandă un tratament fitoterapeutic eficient, timp de o lună, cu aplicații locale din două în două zile, alternativ, o dată cu infuzie de plante, iar apoi cu comprese cu o soluție hidroalcoolică cu uleiuri volatile.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușețel)	— 10 g
Flores Rosmarini (flori de Rosmarin)	— 20 g
Flores Lavandulae (flori de Levănțică)	— 20 g
Herba Thymi (Cimbru de grădină)	— 10 g
Herba Basilici (Busuioc)	— 20 g
Herba Salviae (Salvie)	— 20 g

Infuzie din 1—2 linguri amestec de plante la 1 cană de apă ; se aplică comprese de 3 ori pe zi, câte 15 minute.

Rp. Oleum Citronellae (ulei volatil de Citronella)	— 1 g
Oleum Lavandulae (ulei de Levănțică)	— 1 g
Oleum Basilici (ulei de Busuioc)	— 2 g
Oleum Salviae (ulei de Salvie)	— 2 g
Oleum Thymi (ulei de Cimbru)	— 1 g
Oleum Rosmarini (ulei de Rosmarin)	— 2 g
Oleum Pini Montanae (ulei de Jneapăn)	— 1 g
Alcool de 90°	— 90 g

Badijonarea locului dureros, de 2—3 ori pe zi, alternativ cu comprese cu infuzie obținută din plante.

Tratamentul local se asociază cu vitaminoterapia naturală, în special vitamina C, cu săruri de magneziu și cu microelemente (cupru, argint, aur). Sint indicate ședințe cu unde electromagnetice.

AROMATERAPIA

Acest capitol a fost inclus în lucrare, în special, din considerente de ordin practic. În primul rînd pentru a atrage atenția asupra termenului care este puțin familiar medicilor și farmaciștilor practicieni și cu atît mai puțin cunoscut marelui public din țara noastră. Totuși, o bună parte din plantele medicinale își bazează acțiunea lor terapeutică pe un grup de substanțe chimice care, într-un cuvînt, sînt numite uleiuri volatile, uleiuri eterice, uleiuri esențiale sau uleiuri aromatice. Există un mare număr de plante care conțin aceste substanțe active, plante utilizate din vremuri străvechi și pînă în prezent, fie în scopuri condimentare, fie ca parfumuri sau pentru proprietățile lor terapeutice.

Aromaterapia este la fel de veche ca și fitoterapia, deși termenul relativ nou a fost introdus în literatura științifică de specialitate în urmă cu cinci decenii de școala lyoneză prin lucrările lui R. M. Gattefossé (1926 și 1928). În prezent, numeroși cercetători și medici practicieni din Franța, Anglia, Italia, U.R.S.S., S.U.A., Germania etc. recurg la binefacerile tratamentului cu substanțe aromate, la aromaterapie.

Al doilea considerent de ordin practic este cel de a stimula cercetările din acest domeniu și în țara noastră și, în special, de a pune la îndemîna practicienilor o grupă de substanțe active din care se produc și la noi o parte, ce-i drept un sortiment foarte redus, dar care poate fi îmbogățit deoarece uleiurile volatile pot fi obținute relativ ușor cu minimum de investiții.

Tot din considerente de ordin practic, dorim să atragem atenția că în foarte numeroase cazuri, uleiurile volatile sau esențiale, cum se mai numesc, pot înlocui o gamă largă de antibiotice, înlăturînd consecințele negative ale acestora în special în tratamentele de lungă durată. Este suficient să menționăm că „proba timpului” în aromaterapie are la bază cîteva zeci de mii de ani față de cîteva decenii ale antibioticelor.

În ultimele două lucrări ale noastre, „Farmacia Naturii” și „Plantele medicinale — izvor de sănătate”, am subliniat valoarea antimicrobiană a numeroase plante medicinale conținînd uleiuri volatile.

Dacă datele din aceste lucrări n-au fost suficient de convingătoare ne vom permite să prezentăm în cadrul acestui capitol altele noi rezultate din practica fitoterapeutică, din practica aromaterapiei. Credem că datele respective vor atrage atenția asupra acestei subramuri a fitoterapiei: aromaterapia. Scopul semnalării efectelor terapeutice ale uleiurilor volatile este dublu: în primul rînd, utilizarea uleiurilor volatile pentru efectele lor asupra numeroșilor germeni patogeni, ceea ce va duce la scăderea consumului exagerat de antibiotice. În al doilea rînd, așa cum practica aromaterapiei a demonstrat-o, numeroase tulpini de bacterii rezistente la antibiotice pot fi anihilate prin acțiunea antimicrobiană a uleiurilor volatile. Alături de acțiunea bactericidă sau bacteriostatică, uleiurile volatile au și alte proprietăți terapeutice remarcabile. Puțini știu că busuiocul (*Ocimum basilicum*, *O. sanctum* etc.) are proprietăți antiseptice intestinale, antispastice și tonice nervine, acționînd în special asupra cortico-suprarenalelor, fiind larg utilizat, îndeosebi, de popoarele asiatice în astenii nervoase, spasme gastrice și pilorice, în infecțiuni intestinale etc. Toate aceste proprietăți se bazează pe compoziția chimică a uleiului volatil din busuioc, obținut prin antrenare cu vapori de apă. O serie de plante exotice și unele cultivate în țara noastră (Isopul, Rosmarinul etc.) conțin borneol care, utilizat intern sau extern, are acțiune antimicrobiană și este stimulent cortico-suprarenal. Un alt ulei volatil obținut dintr-un arbore foarte răspîndit în extremul orient, *Malaleuca leucadendron* (Fam. *Myrtaceae*) poate fi considerat ca avînd un spectru larg antibacterian acționînd în cistite, uretrite, disenterie, tuberculoză pulmonară, epilepsie, paraziți intestinali etc.

Majoritatea oamenilor cunosc proprietățile curative ale Mușetelului (*Matricaria chamomilla*), dar foarte puțini știu că o specie similară (*Anthemis nobilis* sin. *Matricaria inodora*), denumit la noi nu știm din ce motive „Muștel prost” — datorită numeroaselor componente active din uleiul volatil obținut din această specie are aproape treizeci de utilizări în aromaterapia din alte țări, dintre care menționăm: insomnii, tulburări de menopauză, migrene, amețeli, ulcere stomacale și ulceratii intestinale, enterite, anemie, convulsii, ascaridoză, oxiiurază, dermatoze etc.

Chiar obișnuita Scortişoară utilizată la noi în scopuri condimentare este un bun stimulent al funcțiilor circulatorii, cardiace și respiratorii, are proprietăți antiseptice și carminative, antispastice, hemostatice, vermifuge etc.

Aceste câteva exemplificări au scopul de a atrage atenția în special cercetătorilor și medicilor practicieni asupra acestui domeniu uitat al fitoterapiei — aromaterapia. Exemple similare de plante conținând uleiuri volatile sau de uleiuri volatile sau fracțiuni ale acestora se ridică la câteva sute, iar numărul rețetelor aromaterapeutice, în care intră alături de uleiuri volatile extracte de plante sau microelemente, se pot estima astăzi pe diferitele meridiane ale globului la câteva mii.

Neintenționind a prezenta în acest capitol decât generalități asupra aromaterapiei și câteva indicații practice cum trebuie evaluate efectele bactericide sau bacteriostatice ale uleiurilor volatile, în cele ce urmează recomandăm în primul rând experimentarea „in vitro” a uleiurilor volatile de care dispunem.

Aceste recomandări sperăm să fie utile atât bolnavilor, cât și medicilor, în special după „eșecul” unui tratament îndelungat cu antibiotice.

METODA DE EVALUARE A ACȚIUNII ANTIMICROBIENE

Metoda este foarte simplă și poate fi practică în orice laborator clinic sau de microbiologie din institutele de cercetări având acest profil. În afară de practica curentă, metoda de testare a spectrului antimicrobian poate fi folosită în cercetare, în studii epidemiologice sau în alte domenii.

TABEL EXEMPLIFICATIV

Acțiunea antimicrobiană a unor substanțe standard, componente ale uleiurilor volatile *)

Componente ale unor uleiuri volatile	Acțiune antimicrobiană						
	Bacterii				Fungi		
	E.c.	P.a.	S.a.	B.c.	A.s.	P.c.	T.v.
Hidrocarburi :							
— alifatic							
— ocimen	+	—	++	—	+	+	—
— terpene ciclice							
— delta, 3, caren	+	—	—	—	—	—	—
— pinen	—	—	—	+	+++	+	—
Alcooli :							
— alifatici							
— linalol	+	—	—	—	—	—	—
— geraniol	++	++	++	++	+++	+++	+++
— nerol	+++	—	++	++	+++	+++	++
— citronelol	+++	+	+++	+	+++	++	+++
— terpene ciclice							
— mentol	+	—	+	—	—	+	—
— borneol	+	—	+	+	—	+	—
— sesquiterpenici							
— farnesol	—	—	+	+	+	—	+
— santalol	—	—	—	—	+	+	+
Aldehyde :							
— terpene alifatic							
— citral	—	—	—	—	++	++	++
— citronelal	+++	—	—	+	+++	+++	+++
Cetone :							
— terpene ciclice							
— mentona	+++	—	++	+	+++	+++	—
— carvona	—	—	—	—	—	+	+
Fenoli :							
— timol	++	—	+	++	+++	+++	+++
— carvacrol	+++	—	—	+++	+++	+++	+++
— eugenol	+++	—	—	++	+++	+++	+++
Esteri :							
— terpene							
— acetat de linalil	++	—	+	+	+++	+	—
— ester aromatici							
— benzoat de metil	+	—	—	+	—	—	—
— ester conținând azot							
— antranilat de metil	++	—	—	++	+++	+++	+++
Oxizi :							
— Cineol	—	—	—	—	+	—	—

*) După S.A. Ross, N.E. EL-Keltawi, S.E. Megalla — (Egipt) — Fitoterapia vol. LI, nr. 4, 1980 — Ed. Invernizzi della Beffa, Milano.

Legenda :

Diametrul discurilor de
hîrle de filtru = 10 mm
Zona de inhibiție (mm):
+ : de la 11-15 mm
++ : de la 16-20 mm
+++ : peste 20 mm

Bacterii :

E.c. = *Escherichia coli*
P.a. = *Pseudomonas aeru-*
ginoasă
S.a. = *Staphylococcus au-*
reus
B.c. = *Bacillus cereus*

Fungi :

A.s. = *Aspergillus aegypti-*
acus
P.c. = *Penicillium cyclopi-*
um
T.v. = *Trichoderma viride*

Pentru realizarea aromatogramelor, metodă care se bazează pe principiul antibiogramelor difuzimetrice, se poate utiliza metoda KIRBY — BAUER sau metoda minimală BALS. Se folosește mediul de cultură pe geloză Mueller-Hinton sau alt mediu de cultură pe care se dezvoltă un număr cât mai mare de germeni.

Pentru testare, respectiv pentru efectuarea aromatogramelor, se utilizează rondelle de hirtie de filtru cu diametrul de 10 sau 5 mm îmbibate cu uleiul volatil respectiv sau cu componentele obținute din ulei după distilare fracționată.

Citeva rezultate obținute pe bacterii și fungi prin aplicarea aromatogramei sînt prezentate în tabelul de la pag. 130.

Acest tabel exemplificativ ilustrează doar câteva rezultate obținute prin aplicarea aromatogramei ca punct de plecare în aromaterapie, numai în domeniul acțiunii antimicrobiene. Pentru celelalte acțiuni farmacoterapeutice, fiecare ulei volatil trebuie testat separat. După cum se știe, uleiurile volatile obținute prin antrenarea cu vapori de apă, prin presare sau prin alte procedee, conțin cantitativ și calitativ un număr diferit de componente.

Compoziția chimică a uleiurilor volatile, după cum am constatat și din experiența noastră în acest domeniu, este destul de diferită chiar și pentru uleiul volatil obținut din aceeași specie. Factorii determinanți ai calității uleiurilor volatile la aceeași specie sînt multipli : de ordin genetic, chemotaxonomic, mediul geografic, epoca de recoltare a materiei prime, procedeul de extracție etc. Datorită acestui fapt, dorim să atragem atenția celor care recurg la aromaterapie că pînă la obținerea unor uleiuri volatile standardizate, fiecare ulei volatil utilizat, chiar dacă se întîlnește sub o denumire oficializată conform Farmacopeei Române (de exemplu *Aetheroleum Pini montanae*) trebuie testat prin efectuarea aromatogramei pe materialul biologic recoltat de la bolnavul respectiv. Deși conform Farmacopeei, constantele fizico-chimice ale uleiurilor volatile, ce-l drept foarte puține la număr, sînt standardizate din punct de vedere terapeutic, rezultatele diferă de la o proveniență a uleiului la alta. Pe de altă parte, utilizarea tulpinilor standard de microorganisme nu are valoare decît orienta-

tivă, teoretică. Pentru aplicarea corectă a aromaterapiei, o primă recomandare pe care o facem pentru obținerea unei aromatoграme bune este recoltarea corectă a produsului patologic și izolarea germenului responsabil al afecțiunii respective.

A doua recomandare este de a dispune în momentul testării de o colecție cât mai mare de uleiuri volatile (minimum 20). A treia recomandare este de-a utiliza în formularea rețetei aromaterapeutice uleiurile volatile folosite la efectuarea aromatoграmei.

În cele ce urmează vom prezenta cîteva uleiuri volatile recomandate pe grupe de afecțiuni.

I. AFECȚIUNI ALE APARATULUI CARDIO-VASCULAR

Afecțiuni circulatorii: Aetheroleum Salviae (ulei volatil obținut din *Salvia officinalis*); Aetheroleum Lavandulae (ulei volatil de *Lavandula officinalis* Chaix, sin. *L. vera* D.C., *L. spica* L); Aetheroleum Juniperi (ulei volatil obținut din pseudobace de *Juniperus communis*); Aetheroleum Rosmarini (ulei volatil de *Rosmarinus officinalis*); Aetheroleum Thymi (ulei volatil obținut din *Cimbru-Thymus vulgaris*) ș.a.

II. AFECȚIUNI ALE APARATULUI DIGESTIV

Enterocolite și colici abdominale: Aetheroleum Menthae (ulei volatil de Menta); Aetheroleum Thymi (ulei volatil obținut din *Thymus vulgaris*); Aetheroleum Basilici (ulei volatil de Busuioc); Aetheroleum Chamomillae (ulei volatil de Mușetel); Aetheroleum Caryophyllorum (ulei volatil obținut din Cuișoare-*Eugenia caryophyllata*); Aetheroleum Salviae (ulei volatil obținut din *Salvia officinalis*); Aetheroleum Melissae (ulei volatil obținut din *Melissa officinalis* sau uleiul volatil obținut din *Dracocephalum moldavica*); Aetheroleum Coriandri (ulei volatil de Coriandru); Aetheroleum Foeniculi (ulei volatil de Fenicul).

În afecțiuni hepatice: Aetheroleum Citri (ulei volatil de Lămâie); Aetheroleum Salviae (ulei volatil de Salvie); Aetheroleum Rosmarini (ulei volatil de Rosmarin); Aetheroleum Menthae (ulei volatil de Menta).

În litiază biliară : Aetheroleum Citri (ulei volatil de Lămâie); Aetheroleum Rosmarini (ulei volatil de Rosmarin); Aetheroleum Myristicae, Aetheroleum Terebinthinae (esență de terebentină) etc.

III. AFECȚIUNI ALE APARATULUI GENITO-URINAR

Amenoree : Aetheroleum Menthae (ulei volatil de Menta); Aetheroleum Chamomillae (ulei volatil de Mușețel); Aetheroleum Origani (ulei volatil de Sovirv); Aetheroleum Thymi (ulei volatil de Cimbru de grădină); Aetheroleum Basilici (ulei volatil de Busuioc); Aetheroleum Foeniculi (ulei volatil de Fenicul); Aetheroleum Lavandulae (ulei volatil de Levănțică) ș.a.

Dismenoree : Aetheroleum Anisi (ulei volatil obținut din Anason verde); Aetheroleum Chamomillae (ulei volatil de Mușețel); Aetheroleum Rosmarini (ulei volatil de Rosmarin); Aetheroleum Juniperi (ulei volatil de Ienupere); Aetheroleum Salviae (ulei volatil de Salvie).

Albuminurie : Aetheroleum Juniperi (ulei volatil de Ienupere).

Litiază renală : Alfa și Beta pinen, Camfen, Borneol, Fencană, Cineol, Aetheroleum Foeniculi (ulei volatil de Fenicul)

În litiază urinară se mai utilizează : Aetheroleum Citri (ulei volatil de Lămâie) și Aetheroleum Foeniculi (ulei volatil de Fenicul sau de Anason); Aetheroleum Juniperi (ulei volatil de Ienupere); Aetheroleum Pelargonii odoratissimi (ulei volatil de Mușcată).

IV. AFECȚIUNI ALE CĂILOR RESPIRATORII ȘI PULMONARE

Se recomandă : Aetheroleum Eucalypti (ulei volatil de Eucalipt); Aetheroleum Anisi (ulei volatil de Anason); Aetheroleum Foeniculi (ulei volatil de Fenicul); Aetheroleum Caryophyllorum (ulei volatil de Cuișoare); Aetheroleum Pini Montanae (ulei volatil de Jneapăn); Aetheroleum Abietis (ulei volatil de Brad); Aetheroleum Thymi (ulei volatil de Cimbru

de grădină); Aetheroleum Lavandulae (ulei volatil de Levănțică); Aetheroleum Hyssopi (ulei volatil de Isop); Aetheroleum Menthae (ulei volatil de Mentă). În bronșita acută se recomandă: Aetheroleum Malaleucae leucadendronis (ulei volatil obținut din planta exotică Malaleuca (leucadendron). În bronșita cronică: Aetheroleum Malaleucae viridiflorae (ulei volatil din planta exotică Malaleuca viridiflora, sinonim cu „Aetheroleum Niaouli“).

V. AFECȚIUNI ALE SISTEMULUI NERVOS CENTRAL

Sedative: Aetheroleum Majoranae (ulei volatil de Măghiran); Aetheroleum Lavandulae (ulei volatil de Levănțică); Aetheroleum Basilici (ulei volatil de Busuioc); Aetheroleum Rosmarini (ulei volatil de Rosmarin).

Migrene: Aetheroleum Menthae (ulei volatil de Mentă); Aetheroleum Pini Montanae (ulei volatil de Jneapăn); Aetheroleum Abieti (ulei volatil de Brad.)

Astnie: Aetheroleum Salviae (ulei volatil de Salvie); Aetheroleum Thymi (ulei volatil de Cîmbru de grădină); Aetheroleum Cinnamomi (ulei volatil de Scorțișoară); Aetheroleum Caryophyllorum (ulei volatil de Cuișoare); Aetheroleum Eucalypti (ulei volatil de Eucalipt); Aetheroleum Hyssopi (ulei volatil de Isop); Aetheroleum Majoranae (ulei volatil obținut din Măghiran); Aetheroleum Basilici (ulei volatil de Busuioc, recomandat în special în astenii nervoase).

Astenie sexuală: Aetheroleum Cinnamomi (ulei volatil de Scorțișoară); Aetheroleum Juniperi (ulei volatil de Ienupere); Aetheroleum Pini (ulei volatil de Pin); Aetheroleum Angelicae (ulei volatil obținut din fructele de Angelica archangelica); Aetheroleum Zingiberis (ulei volatil de Gimber); Aetheroleum Santali (ulei volatil de Santal); Aetheroleum Caryophyllorum (ulei volatil de Cuișoare) ș.a.

REȚETE AROMATERAPEUTICE

Migrene, dureri de cap, gutural

Rp. Aetheroleum Menthae
Aetheroleum Foeniculi

— 10 g
— 5 g

Aetheroleum Pini Montanae	— 5 g
Aetheroleum Abietis	— 10 g
Glycerinum	— 20 g
Spiritus aethereus	— 50 g
D. s. extern.	

Se ung timplesle și fruntea de 2—3 ori pe zi (după mai multe aplicații, se unge pielea cu vaselină sau lanolină pentru a se evita descuamarea).

Litiază renală (preventiv și curativ) ; colici nefretice

Rp. α Pinen	— 13 g
β Pinen	— 13 g
α Camphen	— 22 g
Borneol	— 8 g
Anetol	— 4 g
Fenconă	— 4 g
Cineol	— 3 g
Oleum Helianthi q.s. ad.	— 100 g

D. s. intern : 3—5 picături de 4—5 ori pe zi în apă îndulcită ; în colica nefretică 25—30 picături. Se repetă încă o dată doza după 15—20 minute. (Formula Renogal-Biofarm).

Cistite

Rp. Aetheroleum Abietis	— 3 g
Aetheroleum Eucalypti	— 3 g
Aetheroleum Basilici	— 2,5 g
Alcohol aethylicus	— 50 g

D. s. Intern : de 3 ori pe zi 10 picături pe zahăr sau în apă îndulcită, timp de o săptămână.

Afecțiuni pulmonare (bronșite, gripă, tuberculoză)

Rp. Aetheroleum Pini Montanae	— 1 g
Aetheroleum Foeniculi	— 1 g
Aetheroleum Menthae	— 2 g
Aetheroleum Salviae	— 1 g
Aetheroleum Eucalypti	— 2 g
Aetheroleum Thymi	— 1 g
Alcohol aethylicus q.s. ad.	— 100 g

D. s. intern: **adulți** 25 picături de 3 ori pe zi, în puțină apă caldută îndulcită ;
copii, între 4—6 ani, 3×3 picături pe zi
 între 7—12 ani, 3×10 picături pe zi.

Dureri reumatice

Tra Capsici	— 150 g
Aetheroleum Abietis	— 5 g
Aetheroleum Origani	— 3 g
Aetheroleum Chamomillae	— 3 g
Aetheroleum Juniperi	— 10 g

D. s. extern pentru fricțiuni la locul dureros.

Afecțiuni intestinale (colite, entero-colite, paraziți intestinali)

Rp. Aetheroleum Carvi	— 1 g
Aetheroleum Foeniculi	— 1 g
Aetheroleum Origani	— 1 g
Aetheroleum Lavandulae	— 1 g
Aetheroleum Basilici	— 0,5 g
Aetheroleum Salviae	— 1 g
Aetheroleum Caryophyllorum	— 0,5 g
Alcohol aethylicus q.s. ad.	— 100 g

D. s. intern de 3 ori pe zi câte 25 picături într-o jumătate de pahar de apă caldută, înaintea meselor principale.

În urma efectuării aromatogramelor, medicul specialist va putea formula, pe această bază, numeroase alte rețete de la caz la caz. De reținut este faptul că, în general, doza medie de uleiuri volatile, administrate în trei doze de câte 20 picături pe zi, nu trebuie să depășească — la adulți — o concentrație mai mare de 10 g de ulei volatil (în totalitate) la 90 g de alcool pentru fiecare formulă destinată uzului intern. Pentru copii, doza va fi redusă în funcție de vîrstă. Pentru a obține rezultate bune în cazurile cronice, tratamentul durează 6—8 zile.

PLANTE UTILIZATE ÎN COSMETICĂ ȘI ÎN ALTE SCOPURI PRACTICE

După cum rezultă din indexul fitoterapeutic și din capitolul dedicat aromaterapiei, în care au fost prezentate cele mai simple forme de preparare și administrare a plantelor medicinale, în prezent materiile prime de origine vegetală sînt utilizate în proporție de 30—50%, atît în industria farmaceutică cît și în industria alimentară sau de obținere a unor extracte sau substanțe de combatere a dăunătorilor. Este semnificativ faptul că Piretrul și unii derivați de semisinteză, obținuți din principiile active izolate din această plantă, au început să fie din nou utilizați în țări dezvoltate, în urma constatării efectelor extrem de nocive pentru organismul uman și animal datorită folosirii insecticidelor, fungicidelor și pesticidelor de sinteză.

Un alt domeniu de utilizare a plantelor medicinale și aromatice, care a început să fie luat din nou în considerare, este cel al fitobalneologiei. Băile cu plante sau extracte de plante se utilizează astăzi în tratamentul reumatismului, al bolilor ginecologice, în dermatoze etc.

O pondere mare în prezent o au extractele din plante sau uleiurile volatile obținute din plante aromatice în cosmetică. Dacă menționăm și numai faptul că la baza industriei parfumurilor naturale se află tot plantele, ne dăm seama de ponderea mare pe care o reprezintă acestea în cosmetologie și în igiena corporală.

Tot din considerente de ordin practic, care de fapt este obiectul principal al acestei lucrări, vom da câteva indicații și rețete simple la îndemîna tuturor privind utilizarea plantelor medicinale și aromatice sau a unor sucuri obținute din legume și fructe în cosmetică.

I. COSMETICA FEȚEI

Plantele folosite au proprietăți diferite în funcție de tenul pentru care sînt recomandate. În principal sînt 4 moduri de utilizare :

- loțiuni ale feței cu infuzii sau decocturi de plante ;
- comprese cu infuzii sau decocturi care se țin pe față 10—15 minute ;
- băi de aburi — cu plante medicinale sau uleiuri volatile infuzate în apă fierbinte ;
- măștile care mai conțin în afară de plante și un suport sau o masă, care poate fi cel mai adesea amidonul, mierea etc.

În primele două cazuri se folosesc infuzii sau decocturi calde (aproape de limita de suportare), bine filtrate.

a. TENURI USCATE

În acest caz sînt recomandate plante care activează circulația periferică, precum și plante cu proprietăți emoliente.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — activează circulația periferică.

Loționări sau comprese cu infuzie preparată din 4 linguri de flori la o cană de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Comprese cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Herba Hyperici (Sunătoare) — stimulează tenurile uscate, ridate.

Comprese cu infuzie preparată din 2—3 linguri de plantă la o cană de apă.

Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă Mare) are proprietăți emoliente.

Aplicații cu decoctie prelungită (30 minute), preparată din 3 linguri de rădăcini la o cană de apă, în care se adaugă o lingură de miere.

Flores Lillorum (flori de Crin).

Comprese calde cu infuzie la care se adaugă miere.

Fructus Cucumis melo (Pepene galben).

Aplicații cu suc proaspăt.

Fructus Cucumis sativus (Castravete).

Demachiant preparat din 200 ml de suc cu 100 ml de alcool, macerat 48 ore, apoi refiltrat; după demachiere se aplică apoi o cremă hidratantă. Se poate păstra o perioadă mai mare dacă este păstrat într-un loc închis, răcoros.

Semen Cydoniae (semințe de Gutule) — prin conținutul ridicat de mucilagii, reprezintă un emolient valoros al tenurilor uscate.

Loționări cu macerat la rece din 2 linguri de simburi la o cană de apă.

Folium Lactucæ (Lăptucă, Salată verde).

Comprese cu decoct preparată dintr-o căpățină de salată la o jumătate de litru de apă.

Floriten 1 — mască cosmetică pentru față (Formula Plafar).

Compoziție : *Flores Lavandulae* (flori de Levănțică), *Flores Chamomillae* (flori de Mușetel) — cu proprietăți activatoare și antiseptice și *Flores Malvae glabrae* (flori de Nalbă de cultură) — cu proprietăți emoliente. Ca suport se folosește amidonul.

Aplicații pe față cu o pastă făcută din amidon și amestecul de plante cu apă caldă.

b. TENURI GRASE, SEBOREICE

Pentru aceste tenuri, la care se remarcă și pori dilatați, se recomandă, în principal, plante cu conținut de tanin, având proprietăți astringente, antiseboreice, precum și plante cu uleiuri volatile — antiseptice și calmante.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — datorită azulenului au acțiune antiseptică protectoare pentru ten.

Băi de aburi cu infuzie din 2 lingurițe de flori la o cană de apă.

Flores Farfarae (flori de Podbal).

Comprese calde cu infuzii preparate din o lingură de flori la 100 ml de apă.

Folium Juglandis (frunze de Nuc) — puternic astringente.

Comprese cu infuzie preparată din 4 linguri de frunze la o cană de apă.

Folium Menthae (frunze de Mentă).

Loționări cu infuzie preparată din 50 g de frunze la un litru de apă.

Folium Salviae (frunze de Salvie) — cu proprietăți astringente și antiseptice.

Comprese cu infuzie preparată din o lingură de frunze la 100 ml de apă.

Herba Serpylli et Thymi vulgaris (Cimbrisor sau Cimbru de cultură).

Comprese cu infuzie preparată din o lingură de plantă la 100 ml de apă.

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Comprese cu decoct din o lingură de rădăcini la o cană de apă.

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei)

Comprese cu infuzie din o lingură de conuri la o cană de apă.

Folium Solani nigri (frunze de Zirnă).

Loțiuni sau comprese calde cu decoct din 50 g de frunze proaspete sau 10—20 g de frunze uscate.

Folium Thea sinensis (frunze de Ceai chinezesc).

Loționări cu infuzie din o linguriță de frunze la o cană de apă.

Fructus Lycopersici (fructe de Tomate).

Mască din pulpă de tomate menținută 15—20 minute pe față.

Folium Anethi (frunze de Mărar) se folosesc pentru tenul gras, cu pori dilatați.

Loționări cu un preparat obținut dintr-un decoct preparat din 20—30 g de frunze proaspete la o cană la care se adaugă 20 g de glicerină, 50 g de alcool și sucul de la o lămie.

Flores Liliorum (flori de Crin).

Comprese calde cu infuzie la care se adaugă tinctură de benzoe (10 ml la o cană).

Fructus Citrus limon (Lămâie) — sint astringente în tenuri cu pori dilatați, avind efecte favorabile și în îndepărtarea punctelor negre.

Loționări cu suc de lămâie.

Fructus Cucumis sativus (Castravete).

Loționări cu un amestec în părți egale de suc cu alcool de 60°.

Fructus Fragariae (Fragi).

Mască din fructe zdrobite amestecate cu un albuș de ou bătut.

Aplicații cu un amestec de suc de fragi și lapte proaspăt.

Floriten 2 — mască cosmetică pentru față compoziție: Flores Lavandulae (flori de Levănțică) și Flores Chamomillae (flori de Mușețel) — antiseptice și calmante, Herba Anserinae (Coadă racului) și Herba Salicariae (Răchitan) — foarte astringente datorită bogăției în tanin, stringind porii dilatați. Ca suport se folosește amidonul.

Aplicații pe față cu o pastă făcută din Floriten 2 cu apă caldă.

c. TENURI IRITATE, INROȘITE, PĂTATE

Pentru aceste tenuri se recomandă plante cu proprietăți calmante.

Flores Millefolii (flori de Coadă șoricelului).

Comprese cu infuzie preparată din o lingură de flori la 100 ml de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușețel).

Comprese cu infuzie din 1 1/2 linguri de flori la 100 ml de apă.

Herba Taraxaci (Păpădie).

Comprese sau loțiuni cu decoct prelungit (30 minute) din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Turiones Pini (muguri de Pin).

Loțiuni cu infuzie preparată din 2—3 linguri de muguri la o cană de apă.

Radix Dauci (rădăcină de Morcov) se recomandă, îndeosebi, contra petelor ce apar cu vârsta, întinerind pielea.

Mască cu morcov ras, simplu sau cu adaus de smintină, în aplicații zilnice.

Loționări cu suc proaspăt.

Flores et Folium Malvae glabrae (flori și frunze de Nalbă de cultură).

Comprese din infuzie prelungită (30 minute) din o lingură la 100 ml de apă.

Flores Nymphaeae albae (flori de Nufăr alb) — utile pentru tenuri cu pete de roșeață.

Loționări cu decoct din 4 flori la 4 pahare cu apă.

Folium Petroselinii (frunze de Pătrunjel) — pentru calmarea tenurilor iritate, înroșite.

Loționări cu macerat la rece, din o legătură la 1/2 litru de apă, timp de 8—10 ore.

Turiones Pini (muguri de Pin) — pentru tenuri congestionate, înroșite.

Loționări cu decoct din 60 g de muguri la un litru de apă.

d. TENURI PALIDE

Se recomandă plante care produc o activare accentuată a circulației periferice.

Flores Arnicae (flori de Arnică).

Comprese cu infuzie preparată din o lingură de flori la 100 ml de apă.

e. TENURI RIDATE

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Comprese cu infuzie preparată din 3 linguri la o cană de apă.

Flores Farfarae (flori de Podbal).

Comprese cu infuzie preparată din o lingură de flori la 100 ml de apă.

Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă mare).

Aplicații pe față cu decoct (30 minute) din 3 linguri de rădăcini la o cană, la care se adaugă o lingură de miere.

Flores Farfarae (flori de Podbal) — cu efecte favorabile în tenuri cu riduri fine.

Cataplasme calde cu infuzie concentrată din 2 linguri de flori la o cană de apă.

Herba Anthriscus cerefolium (Asmățui)

Cataplasme cu infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă, sau cu suc obținut din plante proaspete.

Floriten 1 (pentru tenuri uscate) și *2* (pentru tenuri seboice) — Formula Plafar.

Măști de față care au și proprietatea de a întinde pielea ridată. Ambele conțin *Flores Lavandulae* (flori de Levănțică) și *Flores Chamomillae* (flori de Mușetel) — antiseptice și calmante, la care se adaugă — pentru formula 1 — *Flores Malvae glabrae* (flori de Nalbă de cultură) cu proprietăți emoliente, iar la formula 2 — *Herba Anserinae* (Coada racului) și *Herba Salicariae* (Răchitan) — puternic astringente. Ca suport se folosește amidonul.

Aplicații pe față cu o pastă din *Floriten 1* sau *2* cu apă caldă.

1. CUPEROZA

În cazul apariției unei rețele de vinișoare roșii și vineții pe nas și pomeții obrazilor, fie datorită vârstei, fie datorită unor dereglări ale circulației periferice, se recomandă plante medicinale emoliente, cu acțiune decongestionantă.

Flores et Folium Malvae glabrae (flori și frunze de Nalbă de cultură).

Comprese cu infuzie prelungită (30 minute) din o lingură la 100 ml de apă.

Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă mare).

Comprese cu decoct din o lingură de rădăcini la 100 ml apă.

Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Infuzie din 2 linguri de flori la o cană de apă, cu care se fac tamponări repetate.

Flores Nymphaeae albae (flori de Nufăr alb).

Loționări în faze incipiente a cuperozei pentru a împiedica extinderea ei, cu decoct din 4 flori la 4 pahare cu apă.

Folium Lactucae (Lăptucă, Salată verde).

Comprese cu decoct preparat dintr-o căpățină de salată la o jumătate de litru de apă.

g. PISTRUI

Acumulările de pigment, care devin mai evidente primăvara și vara datorită expunerii la soare, pot fi combătute cu unele aplicații, loționări sau fricții, timp de cel puțin 2—3 săptămâni.

Ext. Bulbus Allii cepae (bulbi de Ceapă).

Fricții energice cu ceapă zdrobită în oțet, de 2 ori pe zi.

Folium Petroselinii (frunze de Pătrunjel).

Loționări cu decoct din 50 g de frunze proaspete la un litru de apă, de 2 ori pe zi.

Herba Taraxaci (Păpădie).

Aplicații cu suc (latex) de la locul de rupere al tulpinii florale, de 2 ori pe zi, combinate cu loționări cu decoct din 4 linguri de flori la o cană de apă, tot de 2 ori pe zi.

Herba Pulsatillae (Dedițel).

Loționări cu infuzie preparată dintr-o linguriță de plantă la o cană de apă.

h. IMPETIGO (SIN. PECINGINE)

În cazul acestei dermatoze infecțioase streptococice sau stafilococice, fitoterapia adjuvantă are ca scop atât calmarea mâncărimilor care însoțesc această afecțiune, cât și o acțiune antiseptică la locul de aplicare. Tratamentul fitoterapeutic se aplică extern, sub formă de loționări, comprese sau aplicații de pomezi în care intră drept component principal produsul vegetal.

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă Mare) — calmează mâncărimile produse de pecingine.

Loțiuni sau comprese cu decoct concentrat din 2 linguri de rădăcină la o cană.

Flores Verbasci (flori de Luminărică) — de asemenea, calmează mâncărimile pecinginei.

Loționări cu decoct din 1—2 linguri de flori la o cană de apă.

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Spălături și comprese cu infuzie concentrată din 2 linguri de frunze la o cană de apă.

Cortex Frangulae (coață de Crușin).

Loționări sau comprese cu decoct din 1—2 linguri de coață la o cană de apă.

Radix Dauci (rădăcină de Morcov) — îndeosebi pentru impetigo la copii.

Loționări cu suc de 1—2 ori pe zi.

Herba Dulcamarae (Lăsnicior).

Loționări cu suc de 1—2 ori pe zi.

Gemmae Populi (muguri de Plop negru)

Aplicații cu o pomadă obținută din 40 g de muguri macerați în 100 g de ceară topită timp de 3 ore la baie de apă, la care se adaugă aproape de răcire 50 g de lanolină.

II. COSMETICA ȘI IGIENA OCULARĂ

Plantele medicinale care se recomandă au efect antiseptic, emolient, antiinflamator și dau bune rezultate și în unele afecțiuni oculare cum ar fi conjunctivitele și blefaritele. În egală măsură se folosesc și în cosmetică în tratamentul pleoapelor ridate, avînd și efecte odihnitoare. Se fac băi locale sau comprese locale. Plantele medicinale utilizate în afecțiunile oculare trebuie să fie perfect curate și păstrate în condiții igienice. De asemenea, vesela utilizată pentru preparare și păstrare trebuie sterilizată în prealabil.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — calmante, dezinfectante, antiinflamatoare datorită azulenelor care fac ca țesuturile să elibereze histamină care produce o desensibilizare a organismului.

Băi de ochi cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă; după 15 minute, se filtrează și se adaugă 4 g de acid boric.

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — calmante.

Comprese cu 10 g de tinctură preparată din 20 g de flori macerate, timp de 8 zile, în 100 ml de alcool de 70° la 100 ml de apă fiartă și răcită.

Flores Rosarum (petale de Trandafir) — pentru ochii oboșiți.

Comprese cu infuzie din o linguriță de petale la 1000 ml de apă.

Flores Tiliae (flori de Tei) au și proprietăți de combatere a cearcănelor.

Comprese cu infuzie preparată din 4 linguri de flori la o cană de apă.

Folium Juglandis (frunze de Nuc) — au proprietăți dezinfectante.

Comprese cu infuzie preparată din 4 linguri de frunze la o cană de apă.

Folium Plantaginis (frunze de Pătlagină) — în conjunctivite, blefarite.

Băi locale cu infuzie preparată din 2 linguri de frunze la o cană de apă.

Herba Agrimoniae (Turiță mare) se recomandă în afecțiuni oculare (conjunctivite).

Comprese cu infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Herba Meliloti (Sulfină) pentru inflamații oculare (conjunctivite).

Loționări sau comprese cu infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă mare), are proprietăți emoliente, de hidratare a pleoapelor ridate.

Comprese la ochi cu decoct preparat din 2 linguri de rădăcini la o cană de apă.

Fructus Foeniculi (fructe de Fenicul) — cu proprietăți antiseptice.

Băi de ochi cu infuzie preparată dintr-o linguriță de fructe la o cană de apă.

Herba Myosotis (Nu-mă-uita) — decongestiv al ochilor inflamați.

Comprese calde sau loționări cu infuzie preparată din 15 g de plantă la un litru de apă.

Folium Thea sinensis (frunze de Ceai chinezesc) — acționează favorabil asupra cearcănelor și a pungilor de sub ochi.

Comprese cu decoct cald cu o linguriță la cană.

Vitis vinifera (Vița-de-vie).

Colire (pentru instilații) pentru diferite afecțiuni oftalmice din seva recoltată primăvara (așa numitul „plînsul viței-de-vie“)

Herba Anthriscii cerefolii (Asmățui) — remediu pentru inflamații ale pleoapelor.

Spălături locale cu infuzie cu 2 linguri de plantă la o cană de apă sau cu suc obținut din plante proaspete.

Semen Lactucae (semințe de Lăptucă, Salată verde) — cu efect decongestionant pentru ochii inflamați.

Comprese cu decoct din 2 linguri la o cană de apă.

Rp. Flores Chamomillae (flori de Mușetel) sau Flores Mil-lefolii (flori de Coadă șoricelului) — 30 g

Flores Calendulae (flori de Gălbenele) — 30 g

Flores Cyani (flori de Albăstrele) — 20 g

Herba Hyssopi (Isop) — 20 g

Spălături sau comprese oculare pentru combaterea conjunctivitelor mucopurulente cu infuzie preparată dintr-o lingură de amestec la o cană de apă.

III. IGIENA BUCALĂ

Plantele medicinale ce conțin și uleiuri volatile reunes-c două mari avantaje terapeutice: pe de o parte conțin sub-stanțe active din grupe chimice diferite, iar pe de altă parte, pe lângă „mascarea“ gustului neplăcut al unor medicamente, conținutul lor în uleiuri volatile le imprimă o acțiune bacte-riostatică sau bactericidă.

În acest sens, se citează că valoarea antiseptică a uleiului de levănțică este de cca. 1,6 ori mai ridicată decît a fenolului, a uleiului de mentă de peste 2 ori, culminînd cu uleiul de cimbru de cultură, foarte bogat în timol, a cărui valoare anti-septică este de 8 ori mai mare decît a fenolului. De exemplu, o soluție de 5% ulei distruge agenții patogeni ai febrei tifoide în 3 minute, ai dizenteriei microbiene în 2 minute, iar coliba-cilii în 2—8 minute. În cazul pe care-l discutăm, o soluție di-luată de ulei de Cimbru de cultură distruge flora microbiană bucală în 3 minute.

Se recomandă sub formă de apă de gură, fie pe bază de uleiuri volatile ca atare, fie de tinctură, utilizată cu regularitate, cel puțin de 1—2 ori pe zi.

Pentru uz extern se recomandă :

Fructus Anisi (fructe de Anason), *Fructus Carvi* (fructe de Chimion).

Apă de gură preparată din tinctură (20 g de fructe macerate în 100 ml de alcool de 70°, timp de 10 zile) din care se pun în apă 20—25 picături la un pahar.

Aetheroleum Menthae (ulei de Mentă).

Apă de gură cu 5 g de ulei la 100 ml de alcool, din care 6—8 picături se combină cu 100 ml de apă.

Aetheroleum et Flores Lavandulae (ulei volatil și flori de Levănțică).

Apă de gură cu 5 g de ulei la 100 ml de alcool, din care se pun 6—8 picături la 100 ml de apă.

Apă de gură cu câteva picături de tinctură (din 20 g flori macerate, timp de 14 zile, în 100 ml alcool) puse în apă.

Herba Thymi vulgaris (Cimbru de cultură).

Apă de gură cu câteva picături de tinctură (10 g de plantă macerată în 100 ml de alcool de 40°).

IV. TONICE CAPILARE

Unele plante medicinale și aromatice au proprietatea de a întări rădăcina firului de păr, de a activa local circulația sângelui, contribuind totodată la regenerarea părului, evident fără rezultate spectaculare într-o calviție instalată și extinsă. Tratamentul cu extracte de plante trebuie făcut pe o perioadă lungă. De mare importanță este periajul de 2 ori pe zi câte 5 minute cu o perie aspră. Sînt contraindicate uleiurile grase. Se recomandă ca începînd din primăvară pînă toamna tîrziu să nu se poarte pălării, basmale, băști, chipie etc. Numai în soare puternic se vor purta pălării ușoare de pai sau bumbac cu perforații care să permită aerisirea părului. De asemenea, pentru întreținerea igienei părului se vor evita șampoanele pe bază de detergenți. Cel mai indicat este săpunul de casă sau gălbenușul de la 2 ouă. Se limpezește apoi bine cu apă caldută.

Radix Bardanae et Inulae (rădăcină de Brusture și Iarbă mare).

Fricțiuni săptămânale cu decoct preparat din 3 linguri la o jumătate de litru de apă, timp de 30 minute.

Loțiuni cu tinctură preparată din 20 g de plantă macerată, 15—20 zile, în 100 ml de alcool de 70° (odată cu aplicarea loțiunii se face și o fricție puternică cu un prosop aspru). Se lasă să se zvînte, iar apoi se perie părul cu o perie aspră (din fir de păr natural, nu de plastic).

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Se spală părul cu infuzie preparată din 2—3 linguri de frunze la o jumătate de litru de apă; se fricționează puternic.

Folium et Radix Urticae (frunze și rădăcini de Urzică) care, în afară de tonifierea părului, combat seboreea și mătreața. Pentru amestec se utilizează 10 părți de frunze uscate la 90 părți de rădăcină uscată.

Băi cu infuzie din 40—50 g la un litru de apă.

Flores Chamomillae (flori de Mușetel) — pe lângă tonifierea părului, dă totodată părului reflexe blonde, aurii.

Băi sau loțiuni prelungite cu infuzie preparată din 3 linguri de flori la o cană de apă.

Herba Thymi vulgaris (Cimbru de cultură).

Băi cu decoct preparat din 3 linguri de plantă la o cană de apă.

Folium Juglandis (frunze de Nuc) — dau părului și reflexe brune.

Băi cu infuzie preparată din 50 g de frunze uscate la un litru de apă.

Herba Centauri (Țintaură).

Băi cu decoct preparat din 50—60 g de plantă la un litru de apă.

Flores et Folium Tropaeolum majus (flori și frunze de Condurași sau Bobidragi).

Macerat, timp de 15 zile, din părți egale de flori, frunze și alcool de 50°.

Cu această loțiune se fac fricțiunile energice la rădăcina părului.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Fricțiunile cu tinctură din 20 g de frunze macerate, 8—10 zile, în 100 ml de alcool.

Herba Origani (Sovîrv).

Fricții la rădăcina părului cu tinctură din 20 g de plantă macerată 2 săptămîni, în 100 ml de alcool.

Fructus Capsici annui var. cayenne (fructe de Ardei lute) — li se atribuie proprietăți stimulente deosebite.

Fricții energice la rădăcina părului cu tinctură din 20 g la 100 ml de apă, timp de 7—8 zile.

Fructus Citrus limon (Lămție) — dă elasticitate și strălucire părului.

Suc de lămție adăugat în apa de limpezire.

Rp. Folium Urticae (frunze de Urzică)	— 10 g
Folium Betulae (frunze de Mesteacăn)	— 10 g
Radix Bardanae (rădăcină de Brusture)	— 30 g
Radix Saponariae (rădăcină de Săpunariță)	— 20 g
Radix Urticae (rădăcină de Urzică)	— 30 g
D.s. extern	

Loționări prelungite cu decoct din 1—2 linguri amestec de plante la o jumătate litru de apă, lăsat să fiarbă 20—30 minute. După răcire se filtrează, apoi se face loționarea cu ajutorul unui prosop aspru, timp de 10—15 minute. Se repetă săptămînal.

Rp. Flores et Folium Tropaeolum majus (flori și frunze de Condurași)	} părți egale
Folium Urticae (frunze de Urzică)	
Folium Buxi (frunze de Cimișir)	

D.s. extern

Loționări cu macerat din 150 g amestec de plante, timp de 15 zile, în 250 ml de alcool 70°, de 2—3 ori pe săptămîină.

V. COSMETICA MÎINILOR

În unele cazuri, datorită circulației sanguine defectuoase, mîinile se pot înroși. Pentru ameliorarea circulației se recomandă băi alternative calde și reci, care se repetă de cîteva ori.

Se recomandă următoarele specii de plante pentru uzul extern :

Semen Sinapis nigrae (semințe de Muștar negru).

Făina de muștar (Farina Sinapis) care se adaugă cite o lingură în baia caldă pentru întreținerea mîinilor. După baie, mîinile se limpezesc cu apă călduță.

Cu acțiune emolientă asupra mîinilor, pentru îndepărtarea petelor și calmarea iritațiilor provocate de diverși agenți, în special de detergenți, se recomandă :

Fructus Lycopersici (fructe de Tomate) — în special în iritațiile provocate de detergenți.

Aplicații cu suc (200 g la care se adaugă un virf de cuțit de sare și o linguriță de glicerină).

Fructus Citrus limon (Lămii) — inclusiv pentru îndepărtarea petelor.

Fricțiune insistentă cu suc de lămii.

Rp. *Rhizoma Iridis* (rizoml de Stinjenel)

sub formă de „Pulvis” (pulbere fină) — 10 g

Farina Lini (făină de In) — 15 g

la care se adaugă :

miere — 30 g

talc — 15 g

săpun praf — 40 g

glicerină — 20 g

Acest amestec, cu acțiune emolientă, se întinde pe mîini și se ține 30—60 minute.

Cu acțiune remineralizantă, de refacere a rezistenței unghiilor fragile, friabile :

Pentru uzul intern se recomandă :

Herba Equiseti (Coadă calului).

Pulbere 1—2 g/zi în cure de 20 zile pe lună.

VI. COSMETICĂ GENERALĂ

a. CELULITA

Aceste procese inflamatorii ale țesutului adipos subcutanat afectează în bună măsură și estetica, îndeosebi la femei.

Unele plante medicinale, care stau și la baza unor produse farmaceutice, pot fi utilizate și în farmacia casnică, cu o

eficiență bună, sub formă de comprese, aplicații, fricțiuni, în cure de lungă durată. Tratamentul fitoterapeutic este util să se înceapă încă de la primele simptome.

Pentru uzul extern se recomandă :

Herba Hederæ heliciis (Iederă) — considerată printre cele mai eficiente, intrând în numeroase preparate cosmetice. Are o acțiune de destindere a tegumentului, calmează durerile, diminuează nodozitățile specifice în mod sensibil și redă suplețea regiunilor afectate.

Decoct din 200 g de plantă la un litru de apă care se fierbe îndelung (cca. 2 ore), la foc domol, completându-se din timp în timp lichidul evaporat. Se fac comprese cu decoct cald care se aplică seara în zonele afectate, schimbându-se la 1 — 1 1/2 oră, pe o durată de cel puțin 3—4 ore.

Tinctură din 20 g de plantă macerată 8—10 zile, în 100 ml de alcool. Se fac comprese cu 20 g de tinctură la 1/2 l apă caldă.

Fricțiuni cu oțet medicinal, obținut din 50 g de plantă macerată, 6 ore, într-un litru de oțet dat în clocot.

Masaaje cu 10 g de tinctură la 30 g de ulei de mușetel (20 g de flori de Mușetel se umectează cu 2 linguri de alcool ; se adaugă, după câteva ore, 100 g de ulei, fierbîndu-se pe baia de apă 2 ore, timp în care se amestecă din cînd în cînd ; se filtrează prin presare și se ține în sticle de culoare brună sau neagră).

Flores Ligustri (flori de Lemn ciînesc).

Fricțiuni cu ulei obținut din 20 g de flori macerate o lună, în 100 ml de ulei.

Flores Ulmariae (flori de Crețușcă).

Cataplasme calde cu infuzie din 50 g de flori la un litru de apă.

Folium Vitis viniferae (frunze de Viță-de-vle).

Cataplasme calde cu decoct din 50 g de frunze la un litru de apă.

Rp. Tinctura <i>Hedera heliciis</i> (Iederă) *	— 5 g
Tinctura <i>Origanum vulgare</i> (Sovîrv) *	— 5 g
Adeps <i>lanæ</i> (Lanolină)	— 20 g
Axungia (Untură)	— 40 g

Se face un unguent cu care se fricționează zonele afectate.

*) Tincturile se prepară prin macerarea, timp de 8—10 zile, a 20 g de produs uscat și mărunțit în 100 ml de alcool.

b. VERUCI (NEGII)

Unele substanțe proteolitice din suc (latexul) unor plante pot duce — prin aplicații repetate — la îndepărtarea verucilor (negilor), procedeu larg răspândit în medicina populară.

Herba Chelidonii (Rostopască).

Aplicații de suc (latex) galben-portocaliu de 3 ori pe zi. Pentru a se putea conserva suc, se poate adăuga în el glicerină (o parte glicerină la 2 părți de suc).

Pericarpus Nucis juglandis (pericarp de Nucă).

Cu suc de coajă de nucă verde se freacă negii de 3 ori pe zi.

Herba Euphorbiae (Laptele cucului).

Suc (latexul) plantei proaspete se aplică pe negi de 3 ori pe zi.

Fructus Ficus carica (Smochine).

Aplicații cu suc (latexul) fructelor proaspete de 2 ori pe zi.

c. ÎNȚEPĂTURI DE INSECTE

Există plante medicinale care prin conținutul lor de uleiuri volatile au efecte decongestive, antiseptice și de calmare a durerilor specifice. Se fac tamponări sau aplicații locale cu uleiuri volatile, tincturi, infuzii sau frunze proaspete.

Tampoane de vată îmbibate cu uleiuri volatile (spre exemplu de Mentă) au și efecte preventive, îndepărtând țânțarii.

Pentru uz extern se recomandă :

Herba Basilici (Busuioc).

Cu planta proaspătă, zdrobită se freacă ușor locul înțepăturii.

Aetheroleum Lavandulae (ulei de Levănțică).

Fricțiuni cu un amestec de ulei de Levănțică și alcool, în părți egale.

Aetheroleum Menthae (ulei de Mentă).

Dintr-un amestec de 5 g de ulei de Mentă la 100 g de alcool, câteva picături pe un tampon de vată, îndepărtează țânțarii ; în cazul înțepăturilor se fac tamponări ușoare.

Herba Saturejae (Cimbru de grădină), *Herba Thymi vulgaris* (Cimbru de cultură).

Tamponări repetate cu infuzie concentrată, preparată din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Aplicații de frunze proaspete, zdrobite.

Tamponări cu tinctură din 20 g de frunze macerate, 10 zile, în 100 ml de alcool.

Herba Absinthii (Pelin).

Se fac fricțiuni cu frunze proaspete.

Rp. Aetheroleum Lavandulae	— 5 g
Aetheroleum Menthae	— 5 g
Aetheroleum Salviae	— 3 g
Aetheroleum Basilici	— 3 g
Aetheroleum Absinthii	— 4 g
Tinctura Pyrethri	— 10 g
Alcool 95°	— 20 g

D.s. extern, pentru tratament local.

Preventiv, cu amestecul de mai sus diluat cu alcool de 70° (1 : 1) se fricționează locurile expuse înțepăturilor.

VII. IGIENA LOCUINȚEI

DEODORIZANTE ȘI DEZINFECTANTE

În sens mai larg, în această categorie este cuprinsă și igiena altor spații populate cum ar fi săli de spectacole, săli de ședințe, gări ș.a.

Pulverizările, fumigațiile cu uleiuri volatile sau cu plante medicinale, care conțin uleiuri volatile, au efect deodorizant, dar în același timp și efecte antiseptice.

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Fumigații cu câteva fructe aruncate pe foc.

Aetheroleum Lavandulae (ulei de Levănțică).

Pulverizări cu 3—5 g de ulei la 100 ml de alcool.

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Fumigații cu frunze uscate aruncate pe foc.

Aetheroleum Abietis et Piceae (ulei de Brad și Molid).

Pulverizări cu 5 g de ulei la 100 ml de alcool.

Aetheroleum Menthae (ulei de Menta).

Pulverizări cu 5 g de ulei la 100 ml de alcool.

PLANTELE MEDICINALE MENȚIONATE ÎN LUCRARE

Denumirea științifică, denumirea românească, partea de plantă utilizată, principalele substanțe active și indicarea paginilor în care este menționată.

Achillea millefolium L. — Coada șoricelului (Fam. Compositae).

Flores Millefolii (flori de Coada șoricelului).

Ulei volatil bogat în azulene, principii amare, tanini, colină, vitamina C, ulei gras, rezine. 15 ; 20 ; 21 ; 22 ; 24 ; 29 ; 30 ; 31 ; 34 ; 36 ; 39 ; 46 ; 48 ; 50 ; 51 ; 53 ; 59 ; 61 ; 63 ; 64 ; 65 ; 66 ; 68 ; 70 ; 71 ; 78 ; 79 ; 84 ; 87 ; 88 ; 90 ; 92 ; 100 ; 102 ; 103 ; 104 ; 114 ; 119 ; 141 ; 147.

Acorus calamus L. — Obligeană (Fam. Araceae).

Rhizoma Calami (rizomi de obligeană).

Ulei volatil cu azaronă, principiu amar (acorina), tanin, colină, vitamine (B₁, C). 26 ; 58 ; 66 ; 77 ; 119.

Agrimonia eupatoria L. — Turită mare (Fam. Rosaceae).

Herba Agrimonlae.

Tanin, flavonoide (rutozid), principii amare, ulei volatil, bioxid de siliciu, vitamine (C, K). 21 ; 45 ; 58 ; 64 ; 85 ; 103 ; 120 ; 123 ; 146.

Agropyron repens (L.) Beauv. — Pir medicinal (Fam. Graminaeae).

Rhizoma Graminis (rizomi de Pir).

Saponozide, săruri de potasiu, mucilagii, ulei volatil, inulină, acid silicic. 27 ; 29 ; 30 ; 39 ; 46 ; 47 ; 48 ; 49 ; 57 ; 61 ; 72 ; 83 ; 120 ; 122.

Alchemilla vulgaris L. — Crețîșoară (Fam. Rosaceae).

Herba Alchemillae.

Tanin, substanțe grase, fitosteroli. 66.

Althaea officinalis L. — Nalbă mare (Fam. Malvaceae).

Folium Althaeae (frunze de Nalbă mare).

Radix Althaeae (rădăcină de Nalbă mare).

Mucilagii (10—25%), tanin, flavonoizi, asparagină. 15; 23; 40; 80; 98; 99; 119; 138; 142; 143; 146.

Anthriscus cerefolium (L.) Hoffm. — Asmățui (Fam. Umbelliferae).

Herba Anthrisci.

Glicozid (apiina), substanțe amare, ulei eteric cu metilcavicol și osmorizol. 143; 147.

Arctium lappa L. — Brusture (Fam. Compositae).

Radix Bardanae (rădăcină de Brusture).

Inulină (cca. 40%), ulei volatil, săruri de potasiu, acid cafeic, vitamine din complexul B. 17; 22; 28; 39; 45; 56; 70; 75; 83; 140; 149; 150.

(X) *Arnica montana* L. — Arnică (Fam. Compositae).

Flores Arnicae (flori de Arnică).

Ulei volatil, carotenoizi, alcooli triterpenici, flavonoide, colină. 32; 34; 53; 66; 89; 99; 113; 114; 115; 142.

Artemisia absinthium L. — Pelin (Fam. Compositae).

Herba Absinthii.

Ulei volatil (cu azulene și tuionă), principii amare (absințină), flavonoide, carotenoide, fitosteroli, vitamine (B₆, C). 26; 84; 85; 89; 91; 154.

(+) *Atropa belladonna* L. — Mătrăgună (Fam. Solanaceae).

Folium Belladonnae (frunze de Mătrăgună).

Alcaloizi (hiosciamină, atropină, belaradină, ș.a.) numai în formula țigărilor antiasmactice PLAFAR. 36.

Betula verrucosa Ehrh. (*B. alba* L., *B. pendula* Roth.) — Mesteacăn (Fam. Betulaceae).

Folium Betulae (frunze de Mesteacăn).

Polifenoli, tanin, saponine, principii amare, mucilagii, alantoină, betulină (terpenă pentaciclică), vitamina C. 27; 29; 30; 33; 34; 38; 39; 49; 50; 56; 66; 71; 72; 82; 83; 90; 109; 123; 145; 149; 150.

Brassica nigra (L.) Koch, sin. *Sinapis nigra* L. — Muștar negru (Fam. Cruciferae).

(X) = cu precauție

(+) = toxic

Farina Sinapis (făină de Muștar).

Ulei gras (cca. 30%), glicozidul sinigrină, fermentul mizozină. 40 ; 44 ; 62 ; 106 ; 151.

Calendula officinalis L. — Gălbenele (Fam. Compositae); Flores Calendulae (flori de Gălbenele); Saponozide triterpenice, carotinoide, flavonoide, principii amare, ulei volatil. 17 ; 31 ; 39 ; 54 ; 55 ; 63 ; 65 ; 66 ; 70 ; 77 ; 78 ; 79 ; 100 ; 101 ; 111 ; 114 ; 115 ; 119 ; 138 ; 145 ; 147.

Capsella bursa-pastoris (L.) Medik — Traista ciobanului (Fam. Cruciferae).

Herba Bursae pastoris.

Amine (colina, acetilcolina), derivați fenolici, glicozide, tiramină, săruri de potasiu. 29 ; 30 ; 32 ; 33 ; 59 ; 64 ; 65 ; 66 ; 92 ; 100 ; 102 ; 104 ; 105.

Capsicum annuum L. var. *cayenne* — Ardei iute de Cayenne (Fam. Solanaceae).

Fructus Capsici cayenne (sub formă de tinctură).

Capsicină, ulei volatil, vitaminele A, B și C, glicozizi flavonici, poliene galbene, alcaloidul capsicină. 40 ; 116 ; 136 ; 150.

Carum carvi L. — Chimen (Fam. Umbelliferae).

Fructus Carvi (fructe de Chimen).

Ulei volatil cu conținut ridicat de carvonă și limonen. 42 ; 54 ; 59 ; 60 ; 68 ; 69 ; 102 ; 103 ; 118 ; 148.

Centaurea cyanus L. — Albăstrele (Fam. Compositae).

Flores Cyani (flori de Albăstrele).

Principiu amar (centaurina sau cnicina), tanin, glicozidul cicorină, mucilagii, antocianidine, săruri de potasiu. 27 ; 29 ; 39 ; 45 ; 62 ; 147.

Centaurium umbellatum Gilib. — Țintaură (Fam. Gentianaceae).

Herba Centauri.

Principii amare (eritaurină), glicozizi (eritrocentaurina), alcaloizi (eritricina), rezine. 22 ; 25 ; 26 ; 54 ; 63 ; 66 ; 74 ; 78 ; 82 ; 85 ; 118 ; 149.

Cerasus sp. — Cireș, Vișin (Fam. Rosaceae).

Stipites Cerasorum (cezi de Cireșe și Vișine).

Săruri de potasiu, taninuri, flavonoizi. 26 ; 29 ; 30.

Cetraria islandica (L.) Ach. — Lichen de piatră (Incr. Lichenes, Fam. Parmeliaceae).

Lichen Islandicus.

Mucilagii solubile (70%), zaharuri (lichenina), principiu amar, acid usnic. 25 ; 41 ; 54.

(X) *Chelidonium majus* L. — Rostopască (Fam. Papaveraceae).

Herba Chelidonii.

Complex alcaloidic (chelidonină, homochelidonină, sanguinarină, sparteină, protopină ș.a.), ulei volatil, flavonozide, saponozide, vitamina C. 45 ; 47 ; 48 ; 62 ; 64 ; 90 ; 153.

Cichorium intybus L. — Cicoare (Fam. Compositae).

Herba Cichorii.

Radix Cichorii (rădăcină de Cicoare).

Cichorină, inulină, principii amare (mai ales în rădăcini), colină, ulei volatil, rezine. 17 ; 22 ; 52 ; 63 ; 64 ; 75.

Cnicus benedictus L. — Schinel (Fam. Compositae).

Herba Cnici (Herba Cardui benedicti).

Principii amare (cnicina, benedictina), ulei volatil, mucilagii, tanin, fitosterine, principiu antibiotic, săruri de potasiu, vitamina B₁. 26 ; 54.

Convallaria majalis L. — Lăcrămioare (Fam. Liliaceae).

Flores Convallariae (flori de Lăcrămioare).

Heterozide cardiotonice, saponozide, acizi organici, colină, ulei volatil. 72.

Convolvulus arvensis L. — Volbură (Fam. Convolvulaceae)

Herba Convolvuli.

Rezine de natură glicozidică, tanin, vitamina C. 52 ; 64.

Coriandrum sativum L. — Coriandru (Fam. Umbelliferae).

Fructus Coriandri (fructe de Coriandru).

Ulei volatil cu linalol, geraniol, cimol, pinen ș.a. 25 ; 26 ; 51 ; 54 ; 59 ; 68 ; 69 ; 78 ; 79 ; 102 ; 103 ; 113 ; 119.

Crataegus monogyna Jacq., *C. oxyacantha* L. — Păducel (Fam. Rosaceae).

Flores Crataegi (flori de Păducel).

Folium Crataegi cum floribus (frunze și flori de Păducel).

Acizi triterpenici, antocianidine, flavonoide, acizi clorogenici și cafeici, colină, derivați purinici, ulei volatil, taninuri.

Fructus Crataegi.

Taninuri, vitamine (B₁, C), flavonoide, antocianidine și acizi triterpenici — în cantitate mai redusă decât în flori și frunze. 18 ; 19 ; 24 ; 32 ; 33 ; 34 ; 36 ; 92 ; 93 ; 95 ; 96 ; 97 ; 101 ; 102 ; 105 ; 106 ; 108 ; 124.

Cynara scolymus L. et *C. cardunculus* L. — Anghinare (Fam. Compositae).

Folium *Cynarae* (frunze de Anghinare).

Cinarină, acid clorogenic, polifenoli, flavonozide, principiu amar (cinaropicrină), mucilagii, taninuri, acizi organici, săruri de potasiu și de magneziu. 28 ; 33 ; 52 ; 56 ; 62 ; 64 ; 123.

(+) *Datura stramonium* L. — Laur, Clumăfaie (Fam. Compositae).

Alcaloizi (hiosciamină), atropină, scopolamină ș. a. numai în formula țigărilor antiastmatice PLAFAR. 36.

Dracocephalum moldovica L. — Mătăciune (Fam. Labiatae).

Herba *Dracocephali*.

Ulei volatil (cu citral, acetat de geranil), principiu amar, tanin, acid cafeic. 51 ; 68 ; 78 ; 96 ; 118.

Equisetum arvense L. — Coadă calului (Fam. Equisetaceae).

Herba *Equiseti*.

Acid silicic (din care 10—20% solubil), saponine, flavonoide, săruri de potasiu, urme de ulei volatil, principiu amar. 26 ; 29 ; 30 ; 33 ; 34 ; 49 ; 50 ; 60 ; 66 ; 71 ; 72 ; 78 ; 82 ; 93 ; 94 ; 100 ; 104 ; 105 ; 108 ; 109 ; 120 ; 121 ; 122 ; 123 ; 151.

Eryngium planum L. — Scai vinăt (Fam. Umbelliferae).

Herba *Eryngii plani*.

Saponozide triterpenice (1—2,5%). 42.

Foeniculum vulgare Moll. — Fenicul (Fam. Umbelliferae).

Fructus *Foeniculi* (fructe de Fenicul).

Ulei volatil (cu 50—60% anetol, limonen ș.a.), flavonoide. 22 ; 24 ; 25 ; 35 ; 41 ; 43 ; 44 ; 48 ; 51 ; 53 ; 54 ; 59 ; 60 ; 68 ; 69 ; 78 ; 84 ; 87 ; 98 ; 99 ; 102 ; 103 ; 118 ; 119 ; 146.

Fraxinus excelsior L. — Frasin (Fam. Oleaceae).

Folium *Fraxini* (frunze de Frasin).

Tanin, glicozizi flavonici (rutina) și cumarinici (fraxina), vitamina C, ulei volatil. 27 ; 39 ; 52 ; 82.

Galega officinalis L. — Ciumărea (Fam. Leguminosae).

Herba *Galegae*.

Amine-galegină, guanidină, derivați flavonici (luteolină). 55 ; 123.

Gentiana punctata L., *G. asclepiadea* L. — Ghințură (Fam. Gentianaceae) (*Gentiana lutea* L. nu se recoltează fiind monument al naturii).

Radix *Gentianae* (rădăcină de Ghințură).

Principii amare, ulei volatil, tanin. 24 ; 26 ; 39 ; 54 ; 64 ; 65 ; 84 ; 85.

Geum urbanum L. — Cerențel (Fam. Rosaceae).

Rhizoma Gei (cum radicis) — rizomi de Cerențel.

Tanin, ulei volatil, eugenol, substanțe amare. 16 ; 23 ; 50 ; 58 ; 66 ; 80 ; 81 ; 86 ; 87 ; 99 ; 113 ; 120.

Glycyrrhiza glabra L. — Lemn dulce (Fam. Leguminosae).

Radix Liquiritiae (rădăcină de Lemn dulce).

Glicirizină (5—20%), flavonoide, hormon estrogen steroi-
dic, vitamine din grupa B. 77 ; 79 ; 119.

Gypsophyla paniculata L. — Ipcărige, săpunariță albă sau
ciuin alb (Fam. Caryophyllaceae).

Radix Gypsophylae (Radix Saponariae albae) — rădăcină
de Ipcărige.

Saponozide triterpenice. 42 ; 71 ; 85.

Hibiscus trionum L. — Zămoșiță (Fam. Malvaceae).

Herba Trioni.

Flavonoide, mucilagii. 29.

Hippophaë rhamnoides L. — Cătină (Fam. Elaeagnaceae).

Fructus Hippophaë (fructe de Cătină).

Complex vitaminic (C, B₁ și B₂, PP), carotinoide, acid
folic, ulei gras, izoramnetol, fitosteroli. 37 ; 38 ; 83 ; 110 ; 112 ;
122 ; 123 ; 125.

Humulus lupulus L. — Hamel (Fam. Moraceae).

Strobuli Lupuli (conuri de Hamei).

Oleo-rezine (din ulei volatil și rezină cu principiile amare
humulonă și lupulonă), flavonoide, tanin, colină, substanțe
estrogene. 17 ; 49 ; 50 ; 60 ; 73 ; 74 ; 79 ; 82 ; 95 ; 96 ; 104 ;
107 ; 108 ; 114 ; 118 ; 122 ; 124 ; 140.

(+) *Hyosciamus niger* L. — Măselariță (Fam. Solanaceae).

Folium Hyosciami (frunze de Măselariță).

Alcaloizi (hiosciamina, scopolamina). — numai în formula
țigărilor antiasmatic PLAFAR. 36.

Hypericum perforatum L. — Sunătoare (Fam. Hyperica-
ceae).

Herba Hyperici.

Ulei volatil, tanin, derivați antraceni (hipericină), flavo-
nozide, acid cafeic. 16 ; 22 ; 30 ; 31 ; 48 ; 51 ; 63 ; 64 ; 66 ; 68 ;
77 ; 78 ; 79 ; 80 ; 83 ; 87 ; 90 ; 102 ; 103 ; 115 ; 138.

Hyssopus officinalis L. — Isop (Fam. Labiatae).

Herba Hyssopl.

Ulei volatil, principiu amar (hisopina), flavonoide, tanin. 25 ; 35 ; 36 ; 42 ; 43 ; 61 ; 72 ; 74 ; 81 ; 91 ; 92 ; 98 ; 110 ; 113 ; 115 ; 147.

Inula helenium L. — Iarbă mare (Fam. Compositae).

Radix Inulae (rădăcină de Iarbă mare).

Inulină (40—50%), ulei volatil, substanțe fitoncice. 21 ; 35 ; 42 ; 43 ; 64 ; 83 ; 84 ; 144 ; 149.

Iris germanica L. — Stinjenel (Fam. Iridaceae).

Rhizoma Iridis (rizomi de Stinjenel).

Heterozid flavonic (iridozid), irone. 64 ; 151.

Juglans regia L. — Nuc (Fam. Juglandaceae).

Folium Juglandis (frunze de Nuc).

Tanin (4—5%), ulei volatil, principiu amar — juglandina, juglonă, vitamina C, tirozină. 32 ; 56 ; 58 ; 59 ; 60 ; 61 ; 71 ; 87 ; 112 ; 114 ; 115 ; 120 ; 140 ; 146 ; 149.

Juniperus communis L. — Ienupăr (Fam. Cupressaceae).

Fructus Juniperi (fructe de Ienupăr).

Ulei volatil, principiu amar (iuniperină), vitamina C. 26 ; 29 ; 30 ; 34 ; 39 ; 40 ; 49 ; 72 ; 83 ; 107 ; 122 ; 154.

Lamium album L. — Urzică moartă albă (Fam. Labiatae).

Flores Lamii albi (flori de Urzică moartă).

Herba Lamii albi.

Mucilagii, flavonoide, saponozide, taninuri, glicozide, ulei volatil, săruri de potasiu. 39 ; 100 ; 101 ; 102 ; 111.

Lavandula angustifolia Mill. (*L. officinalis* Chaix, *L. vera* DC). — Levănțică (Fam. Labiatae).

Flores Lavandulae (flori de Levănțică).

Ulei volatil (cu cca. 50% acetat de linalil), tanin, principiu amar. 22 ; 23 ; 32 ; 36 ; 48 ; 49 ; 68 ; 80 ; 83 ; 95 ; 96 ; 105 ; 106 ; 113 ; 114 ; 120 ; 124 ; 126 ; 139 ; 141 ; 143 ; 148.

Leonurus cardiaca L. — Talpa giștii (Fam. Labiatae).

Herba Leonuri.

Heterozide cardiotonice, alcaloizi, principii amare, ulei volatil, saponozide, vitamine (A, C, E). 17 ; 18 ; 19 ; 22 ; 24 ; 25 ; 35 ; 36 ; 48 ; 51 ; 68 ; 73 ; 92 ; 94 ; 95 ; 96 ; 101 ; 102 ; 103 ; 105 ; 106 ; 107 ; 108 ; 118 ; 120 ; 124 ; 125.

Linum usitatissimum L. — In (Fam. Linaceae).

Semen Lini ; Farina Lini (semințe și făină de In).

Mucilagii (4—10%), săruri de potasiu și magneziu. 31 ; 36 ; 44 ; 47 ; 52 ; 57 ; 76 ; 151.

Lythrum salicaria L. — Răchitan (Fam. Lythraceae).

Herba Salicariae.

Taninuri (5—10%), flavonozide, antocianozide, colină, fitoncide, urme de ulei volatil. 20 ; 53 ; 86 ; 101 ; 104 ; 141.

Majorana hortensis Mnch. — Măghiran (Fam. Labiatae).

Herba Majoranae.

Ulei volatil, tanin, principii amare, vitaminele C și A. 25 ; 60 ; 67 ; 103.

Malva glabra Desv. — Nalbă de cultură (Fam. Malvaceae).

Flores Malvae glabrae (flori de Nalbă de cultură).

Folium Malvae glabrae (frunze de Nalbă de cultură).

Mucilagii (2,6—15%), vitamine (A, B₁, B₂, C). 16 ; 36 ; 40 ; 41 ; 43 ; 76 ; 79 ; 88 ; 98 ; 139 ; 142 ; 143.

Marrubium vulgare L. — Unguraș (Fam. Labiatae).

Herba Marrubii.

Principiu amar (marrubiina), acid marubic, tanin, ulei volatil, saponine, mucilagii, saponozide, colină, vitamina C. 34 ; 36 ; 63 ; 64 ; 72 ; 74 ; 81.

Matricaria chamomilla L. — Mușetel (Fam. Compositae).

Flores Chamomillae (flori de Mușetel).

Ulei volatil bogat în azulene, glicozide flavonice (apigenina), principii amare, rezine, colină, mucilagii. 15 ; 20 ; 21 ; 23 ; 24 ; 30 ; 32 ; 35 ; 36 ; 45 ; 46 ; 50 ; 51 ; 55 ; 61 ; 62 ; 64 ; 65 ; 66 ; 67 ; 68 ; 69 ; 70 ; 75 ; 76 ; 78 ; 79 ; 80 ; 82 ; 84 ; 85 ; 87 ; 88 ; 89 ; 96 ; 99 ; 100 ; 101 ; 102 ; 105 ; 111 ; 113 ; 114 ; 115 ; 118 ; 119 ; 120 ; 126 ; 138 ; 139 ; 141 ; 142 ; 143 ; 145 ; 147 ; 149.

Melilotus officinalis L. — Sulfină (Fam. Leguminosae).

Herba Meliloti.

Ulei volatil, cumarină, taninuri, flavonozide. 15 ; 19 ; 20 ; 36 ; 39 ; 68 ; 72 ; 90 ; 94 ; 95 ; 99 ; 146.

Melissa officinalis L. — Roiniță sau Melisă (Fam. Labiatae).

Folium Melissaе (frunze de Roiniță).

Ulei volatil (bogat în citral, geraniol, linalol), tanin, acid cafeic, principiu amar. 19 ; 24 ; 34 ; 44 ; 51 ; 52 ; 59 ; 66 ; 67 ; 68 ; 69 ; 103 ; 105 ; 110 ; 112 ; 113 ; 118 ; 124 ; 125.

Mentha piperita (L.) Huds. — Mentă, Izmă bună (Fam. Labiatae).

Folium Menthae (frunze de Mentă).

Ulei volatil cu mentol (60—70%), tanin (cca. 10%), acid cafeic, flavonoide, polifenoli, principiu amar, acizi organici, vitamina C, substanțe antibiotice. 18 ; 24 ; 32 ; 36 ; 38 ; 44 ; 45 ; 48 ; 51 ; 55 ; 56 ; 58 ; 59 ; 64 ; 66 ; 67 ; 68 ; 69 ; 78 ; 84 ; 90 ; 93 ; 96 ; 103 ; 105 ; 119 ; 120 ; 122 ; 124 ; 125 ; 140.

Morus alba L. et M. nigra L. — Dud (Fam. Moraceae).

Folium Mori (frunze de Dud).

Taninuri, acid aspartic, acid folic, arginină, betacaroten (provitamina A). 55 ; 56.

Ocimum basilicum L. — Busuioc (Fam. Labiatae).

Herba Basilici.

Ulei volatil, saponozide triterpenice, taninuri. 20 ; 67 ; 103 ; 106 ; 111 ; 126 ; 153.

Ononis spinosa L. — Osul iepurelui (Fam. Leguminosae).

Radix Ononidis (rădăcină de Osul iepurelui).

Saponozide triterpenice, ononozidă, tanin, ulei volatil. 29 ; 30 ; 34 ; 46 ; 47 ; 65 ; 83 ; 91.

Origanum vulgare L. — Sovirv (Fam. Labiatae).

Herba Origani.

Ulei volatil (bogat în timol și carvacrol), tanin, principii amare, flavonoide. 35 ; 43 ; 62 ; 81 ; 82 ; 89 ; 94 ; 96 ; 107 ; 108 ; 113 ; 115 ; 124 ; 150 ; 152.

(+) *Papaver somniferum L.* — Mac de grădină (Fam. Papaveraceae).

Capita Papaveris — capsule de Mac (în cantități reduse, numai în ceaiuri combinate).

Alcaloizi (morfină, papaverină, narcotină ș.a.). 16 ; 23 ; 51 ; 68 ; 80 ; 96 ; 99 ; 108.

Phaseolus vulgaris L. — Fasole (Fam. Leguminosae).

Fructus Phaseoli sine seminibus (teci de Fasole fără semințe).

Aminoacizi (arginină, asparagină, tirozină, triptofan), acid silicic, acid fosforic, vitamina C. 28 ; 30 ; 39 ; 46 ; 56 ; 57 ; 71.

Pimpinella anisum L. — Anason (Fam. Umbelliferae).

Fructus Anisi (fructe de Anason).

Ulei volatil (2—3%) cu 80—90% anetol. 25 ; 42 ; 44 ; 54 ; 59 ; 60 ; 61 ; 69 ; 72 ; 84 ; 102 ; 148.

Pinus montana Mill. ssp. mughus (Scop.) Willk. — Jneapăn, Pin montan (Fam. Pinaceae).

Turiones Pini (muguri de Pin).

Ulei volatil, tanin, rezine, vitamina C. 29 ; 39 ; 40 ; 43 ; 44 ; 47 ; 111 ; 115 ; 141 ; 142.

Plantago lanceolata L., *P. media* L., *P. major* L. — Pătălagină (Fam. Plantaginaceae).

Folium Plantaginis (frunze de Pătălagină).

Mucilagii, glicozizi (aucubina), tanin, alantoină, vitamina K. 20 ; 33 ; 35 ; 36 ; 41 ; 43 ; 72 ; 77 ; 86 ; 99 ; 146.

Polygonum aviculare L. — Troscot (Fam. Polygonaceae).
Herba Polygoni.

Glucozid flavonic (avicularina), tanin, acid silicic. 19 ; 27 ; 30 ; 59 ; 66 ; 78 ; 82 ; 100 ; 101 ; 104 ; 105 ; 122.

Populus nigra L. — Plop negru (Fam. Salicaceae).

Gemmae Populi (muguri de Plop).

Glicozizi fenolici (salicina, populina), ulei volatil, tanin, saponozide. 29 ; 31 ; 32 ; 40 ; 43 ; 49 ; 74 ; 88 ; 113 ; 114 ; 145 ;

Potentilla anserina L. — Coadă racului (Fam. Rosaceae).
Herba Anserinae.

Tanin (7—10%), principii amare, mucilagii, ulei volatil, flavonoide. 24 ; 58 ; 59 ; 65 ; 66 ; 67 ; 80 ; 86 ; 102 ; 103 ; 115 ; 141 ; 143.

Primula officinalis (L.) Mill. et. *P. elatior* (L.) Grufb. — Ciuboțica cucului (Fam. Primulaceae).

Flores Primulae (flori de Ciuboțica cucului).

Radix Primulae (rădăcină de Ciuboțica cucului).

Saponozide triterpenice (în concentrații mai mari în rădăcină), flavonoide. 27 ; 36 ; 38 ; 42 ; 43 ; 44 ; 61 ; 72 ; 81 ; 86 ; 98 ; 110 ; 112 ; 114 ; 122 ; 125.

Prunus spinosa L. — Porumbar (Fam. Rosaceae).

Flores Pruni spinosi (flori de Porumbar).

Glicozide cianogenetice, flavonozide.

Fructus Pruni spinosi (fructe de Porumbar).

Antocianozide, flavonozide, taninuri, săruri de calciu și magneziu. 28 ; 30 ; 52 ; 53 ; 58.

Pulmonaria officinalis L. — Plăminărică (Fam. Boraginaceae).

Folium Pulmonariae (frunze de Plăminărică).

Saponozide, mucilagii, acid salilic, taninuri, alantoină, flavonoide, vitamine (A, C). 41 ; 77.

Quercus sp. — Stejar (Fam. Fagaceae).

Cortex Quercus (coață de Stejar).

Taninuri. 32 ; 55 ; 57 ; 58 ; 61 ; 85 ; 88 ; 89 ; 104 ; 115 ; 121.

Rhamnus frangula L. — Cruşin (Fam. Rhamnaceae).

Cortex Frangulae (coajă de Cruşin).

Derivaţi antracenici (2—5%). 22 ; 51 ; 52 ; 53 ; 63 ; 64 ; 65 ; 66 ; 84 ; 87 ; 103 ; 109 ; 145.

Robinia pseudacacia L. — Salcîm (Fam. Leguminosae).

Flores Acaciae (flori de Salcîm).

Flavonoide (robinină, acaciină), ulei volatil. 68 ; 76 ; 78.

Rosa canina L. — Măceş (Fam. Rosaceae).

Fructus Cynosbati (fructe de Măceş).

Complex vitaminic (C. 0,2—0,8%; A, B₁, B₂, E, P, K, acid nicotinic), tanin, acizi organici, flavonoizi, carotenoide, ulei gras, lectine. 19 ; 26 ; 28 ; 29 ; 30 ; 37 ; 38 ; 45 ; 50 ; 64 ; 72 ; 83 ; 84 ; 110 ; 112 ; 117 ; 122 ; 123 ; 125.

Rosa centifolia L., *R. damascena* Mill. — Trandafir de dulceaţă, Trandafir de Damasc sau de lună (Fam. Rosaceae).

Flores Rosarum (flori de Trandafir).

Ulei volatil, derivaţi flavonici, antociani, tanin, acid galic. 21 ; 146.

Rosmarinus officinalis L. — Rosmarin (Fam. Labiatae).

Flores Rosmarini (flori de Rosmarin).

Ulei volatil cu pinen, camfen, borneol, esteri, alcaloidul rosmarinina, acid rosmarinic, acizi organici, saponozide, tanin, vitamina C. 126.

Rubus fruticosus L. — Mur (Fam. Rosaceae).

Folium Rubi fruticosi (frunze de Mur).

Tanin, flavonoide, acizi organici, vitamina C. 57 ; 74 ; 88.

Rubus idaeus L. — Zmeur (Fam. Rosaceae).

Folium Rubi idaei (frunze de Zmeur).

Tanin (cca. 10%), flavonoide, vitamina C. 38 ; 76.

Salix sp. — Salcie (Fam. Salicaceae).

Cortex Salicis (coajă de Salcie).

Glicozizi fenolici (salicină 0,3—7%, populină), tanin (3—10%), flavonozide. 23 ; 38 ; 39 ; 61 ; 74 ; 81 ; 82 ; 85 ; 88 ; 94 ; 108.

Salvia officinalis L. — Salvie (Fam. Labiatae).

Folium Salviae (frunze de Salvie).

Ulei volatil, tanin, principii amare, substanţe estrogenice, săruri de potasiu. 15 ; 19 ; 20 ; 23 ; 36 ; 51 ; 56 ; 60 ; 61 ; 62 ; 65 ; 80 ; 99 ; 100 ; 101 ; 103 ; 115 ; 120 ; 126 ; 140 ; 169 ; 154.

Sambucus nigra L. — Soc (Fam. Caprifoliaceae).

Flores Sambuci (flori de Soc).

Ulei volatil, rutozid, tanin, mucilagii, heterozide cianogenetice (sambunigrină), colină, vitamina C. 22 ; 24 ; 36 ; 38 ; 39 ; 41 ; 46 ; 52 ; 53 ; 59 ; 61 ; 62 ; 70 ; 74 ; 75 ; 76 ; 81 ; 82 ; 83 ; 90 ; 109 ; 110.

Saponaria officinalis L. — Săpunariță, Ciulin roșu (Fam. Caryophyllaceae).

Radix Saponariae (rubrae) — rădăcină de Săpunariță.

Saponozide triterpenice (cca. 50%). 42 ; 71 ; 85 ; 125 ; 150.

Satureja hortensis L. — Cimbru de grădină (Fam. Labiatae).

Herba Saturejae.

Ulei volatil, acid ursolic și oleanolic, tanin, mucilagii, rezine. 154.

Silybum marianum L. — Armurariu (Fam. Compositae).
Fructus Cardui mariani (fructe de Armurariu).

Silimarină. 89.

Sinapis alba L. — Muștar alb (Fam. Cruciferae).

Semen Sinapis albae (semințe de Muștar).

Mucilagii (cca. 20%), ulei gras (cca. 30%), glicozidul sinalbină, fermentul mirozină. 52.

Solidago serotina Ait. — Sinziene de grădină (Fam. Compositae).

Herba Solidaginis.

Cvercetină, acid solidagonic. 71.

Sophora japonica L. — Salcîm japonez (Fam. Leguminosae).

Flores Sophorae immaturi (boboci florali de Salcîm japonez).

Rutozid. 72.

Symphytum officinale L. — Tătănească (Fam. Boraginaceae).

Radix Symphyti (rădăcină de Tătănească).

Alantoină, mucilagii, glicozide, tanin, colină, ulei volatil. 16 ; 20 ; 31 ; 40 ; 53 ; 55 ; 71 ; 77 ; 78 ; 79 ; 80 ; 86 ; 88 ; 89 ; 111 ; 115.

Tagetes patula L., *T. erecta* L. — Crăițe (Fam. Compositae).

Flores Tagetes (flori de Crăițe).

Ulei volatil, flavonoizi, helenienă. 125.

Taraxacum officinale Web. — Păpădie (Fam. Compositae).

Folium Taraxaci ; Herba Taraxaci cum radice.

Principiu amar (taraxacina). vitamine (B, C), steroli, tanin, colină, ulei volatil, substanțe antibiotice.

Radix Taraxaci (rădăcină de Păpădie).

Alcoolii triterpenici, fitosteroli, vitamine (A, B, C, D), insulină, colină. 19 ; 22 ; 28 ; 33 ; 53 ; 56 ; 57 ; 64 ; 66 ; 70 ; 74 ; 78 ; 82 ; 87 ; 109 ; 141 ; 144.

Thymus serpyllum L. (și alte specii ale genului *Thymus* din flora spontană) — Cimbrisor de câmp (Fam. Labiatae).

Herba Serpylli.

Ulei volatil, tanin, principii amare. 15 ; 23 ; 34 ; 36 ; 41 ; 43 ; 50 ; 58 ; 60 ; 68 ; 80 ; 81 ; 82 ; 83 ; 89 ; 90 ; 94 ; 98 ; 99 ; 113 ; 140.

Thymus vulgaris L. — Cimbru de cultură (Fam. Labiatae).

Herba Thymi vulgaris.

Ulei volatil, saponozide, acid cafeic, derivați flavonici, principiu amar. 23 ; 34 ; 36 ; 43 ; 50 ; 83 ; 98 ; 110 ; 113 ; 114 ; 126 ; 140 ; 148 ; 149.

Tilia tomentosa Mnch., *T. cordata* Mill., *T. platyphyllos* Scop. — Tei (Fam. Tiliaceae).

Flores Tiliae (flori de Tei).

Mucilagii, ulei volatil, flavonozide, alcool sescviterpenic (farnesol), tanin, colină, saponine. 18 ; 24 ; 41 ; 43 ; 53 ; 61 ; 62 ; 70 ; 73 ; 81 ; 82 ; 83 ; 95 ; 96 ; 97 ; 98 ; 105 ; 106 ; 108 ; 110 ; 120 ; 121 ; 124 ; 125 ; 146.

Tussilago farfara L. — Podbal (Fam. Compositae).

Flores Farfarae ; Folium Farfarae (flori și frunze de Podbal).

Mucilagii, tanin, principii amare (tusilagina), acid galic, insulină, săruri de potasiu. 35 ; 36 ; 41 ; 43 ; 72 ; 98 ; 110 ; 117 ; 121 ; 122 ; 139 ; 142 ; 143.

Urtica dioica L. — Urzică (Fam. Urticaceae).

Folium Urticae ; Radix Urticae (frunze și rădăcină de Urzică)

Complex vitaminic (A, B₂, C, K), clorofilă, mucilagii, flavonoide, ulei volatil, amine. 20 ; 28 ; 30 ; 38 ; 39 ; 43 ; 56 ; 60 ; 83 ; 86 ; 87 ; 91 ; 100 ; 104 ; 122 ; 123 ; 125 ; 149 ; 150.

Vaccinium myrtillus L. — Afin (Fam. Ericaceae).

Folium Myrtilli (frunze de Afin).

Taninuri (până la 10%), derivați flavonici, arbutozid, mirtilină. 28 ; 30 ; 49 ; 55 ; 56 ; 57 ; 59 ; 123 ; 125.

Vaccinium vitis idaea L. — Merișor (Fam. Ericaceae).

Folium Vitis idaei (frunze de Merișor).

Arbutozid, hidrochinonă, flavonoizi, taninuri, vitamina C. 26 ; 29 ; 46 ; 49 ; 57.

Valeriana officinalis L. — Valeriană, Odolean (Fam. Valerianaceae).

Radix Valerianae (rădăcină de Valeriană).

Ulei volatil (0,5—2%), alcaloizi, acizi organici, sescviterpene. 18 ; 19 ; 24 ; 34 ; 35 ; 47 ; 48 ; 49 ; 50 ; 66 ; 67 ; 68 ; 73 ; 78 ; 85 ; 94 ; 95 ; 96 ; 103 ; 108 ; 119.

Verbascum phlomoides L., *V. thapsiforme* Sch. — Luminărică (Fam. Scrophulariaceae).

Flores Verbasci (flori de Luminărică).

Mucilagii (2,5%), saponozide, tanin, rezine, carotenoizi. 24 ; 41 ; 98 ; 144.

Viola tricolor L., *V. arvensis* Murr. — Trei-frați-pătați (Fam. Violaceae).

Herba Violae (tricoloris et arvensis).

Saponozide triterpenice, flavonoide (rutozid), alcaloizi (violina), carotenoide, antocianozide, tanin, ulei eteric, vitamine (A, C). 17 ; 21 ; 22 ; 28 ; 36 ; 43 ; 57 ; 70 ; 71 ; 75 ; 98 ; 120.

(X) *Viscum album* L. — Visc (Fam. Loranthaceae).

Folium Visci (frunze de Visc).

Saponozide triterpenice, alcooli (viscoli), amine (colină, acetilcolină), aminoacizi, vitamine (C, E), glicozizi, polipeptide (viscotoxină). 19 ; 29 ; 32 ; 33 ; 34 ; 35 ; 36 ; 92.

Zea mays L. — Porumb (Fam. Gramineae).

Stigmata Maydis (mătase de Porumb).

Săruri de potasiu, calciu și siliciu, ulei volatil, alantoină, saponozide, vitamine (C, B₆, E, K). 27 ; 29 ; 45 ; 47 ; 48 ; 49 ; 50 ; 64 ; 86 ; 91 ; 109 ; 123.

ULEIURI VOLATILE MENȚIONATE ÎN LUCRARE

Denumirea uleiurilor, speciile din care se obțin și indica-
rea paginilor în care sînt menționate :

Aetheroleum Abietis — *Abies alba* L. (Brad). 45 ; 47 ; 99 ;
107 ; 133 ; 134 ; 135 ; 136 ; 154.

Aetheroleum Absinthii — *Artemisia absinthium* L. (Pelin).
154.

Aetheroleum Angelicae — *Angelica archangelica* L. (An-
gelică). 134.

Aetheroleum Anisi — *Pimpinella anisum* L. (Anason). 133.

Aetheroleum Basilici — *Ocimum basilicum* L. (Busuioc).
126 ; 132 ; 133 ; 134 ; 135 ; 136 ; 154.

Aetheroleum Carvi — *Carum carvi* L. (Chimion). 136.

Aetheroleum Caryophyllorum — *Eugenia caryophyllata*
Thunb (Cuișoare). 132 ; 133 ; 134 ; 136.

Aetheroleum Chamomillae — *Matricaria chamomilla* L.
(Mușețel). 132 ; 133 ; 136.

Aetheroleum Cinnamomi — *Cinnamomum zeylanicum*
Blume (Scorțișoară). 134.

Aetheroleum Citri — *Citrus limon* Burm. (Lămîie). 132 ;
133.

Aetheroleum Citronellae — *Cymbopogon citriodora*. 126.

Aetheroleum Coriandri — *Coriandrum sativum* L. (Co-
riandru). 40 ; 132.

Aetheroleum Eucalypti — *Eucalyptus* sp. (Eucalipt). 47 ;
133 ; 134 ; 135.

Aetheroleum Foeniculi — *Foeniculum vulgare* Mill. (Fenicul). 107 ; 132 ; 133 ; 134 ; 135 ; 136.

Aetheroleum Hyssopus — *Hyssopus officinalis* L. (Isop). 107 ; 134.

Aetheroleum Juniperi — *Juniperus communis* L. (Ienupăr). 111 ; 132 ; 133 ; 134 ; 136.

Aetheroleum Lavandulae — *Lavandula angustifolia* Mill. (Levănțică). 40 ; 99 ; 107 ; 116 ; 126 ; 132 ; 133 ; 134 ; 136 ; 148 ; 153 ; 154.

Aetheroleum Malaleucae leucodendris — *Malaleuca leucodendron*. 134.

Aetheroleum Malaleucae viridiflorae — *Malaleuca viridiflora*. 134.

Aetheroleum Melissae — *Melissa officinalis* L. (Roință, Melisă). 132.

Aetheroleum Menthae — *Mentha piperita* (L.) Huds. (Mentă). 22 ; 40 ; 45 ; 99 ; 107 ; 132 ; 133 ; 134 ; 135 ; 148 ; 153 ; 154.

Aetheroleum Myristicae — *Myristica* sp. Houtt. (Nucșoară). 133.

Aetheroleum Origanum — *Origanum vulgare* L. (Sovîrv). 133 ; 136.

Aetheroleum Pelargonii — *Pelargonium odoratissimum* Soland (Mușcată). 133.

Aetheroleum Pini — *Pinus* sp. (Pin). 40 ; 45 ; 111 ; 126 ; 133 ; 134 ; 135.

Aetheroleum Rosmarini — *Rosmarinus officinalis* L. (Rosmarin). 116 ; 126 ; 132 ; 133 ; 134.

Aetheroleum Salviae — *Salvia officinalis* L. (Salvie). 126 ; 132 ; 133 ; 134 ; 135 ; 136 ; 154.

Aetheroleum Santali — *Santalum album*. 134.

Aetheroleum Thymi — *Thymus vulgaris* L. (Cimbru de cultură). 126 ; 132 ; 133 ; 134 ; 135.

Aetheroleum Zingiberis — *Zingiber officinale* L. (Ghimber). 134.

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

- Alexandriu — Peiulescu M., Popescu H. — Plante medicinale în terapia modernă. Ed. Ceres, București, 1978.
- Bojor O., Alexan M. — Plantele medicinale — Izvor de sănătate. Ed. Ceres, București, 1981.
- Börngen. S. — Pflanzen helfen heilen. Ed. Volk und Gesundheit, Berlin, 1981.
- Bourret Jean — Claude. — Le défi de la médecine par les plantes. Ed. France — Empire, Paris, 1980.
- Braun Hans. — Heilpflanzen — Lexikon für Ärzte, Apotheker. Ed. Gustav Fischer — Stuttgart — New York, 1978.
- Colciu E., Racz G. — Plante medicinale și aromatice. Ed. Academiei, București, 1962.
- Constantinescu C. — Plantele medicinale în apărarea sănătății — ediția a III-a. Ed. Recoop, București, 1971.
- Constantinescu D. Gr., Constantinescu C. — Formular fitoterapeutic, Ministerul Sănătății și Prevederilor Sociale, București, 1958.
- Constantinescu D. Gr., Hațieganu Elena. — Plante medicinale. Ed. Medicală, București, 1979.
- Crăciun Fl., Bojor O., Alexan M. — Farmacia naturii, vol. I—II. Ed. Ceres, București, 1976—1977.
- Debuigne G. — Dictionnaire des plantes qui guérissent. Ed. Larousse, Paris, 1972.
- Dobrescu D. — Farmacoterapie. Ed. Medicală, București, 1981.
- Grigorescu M., Stănescu U. — Farmacognozie, vol. I—III. Ed. IMF, Iași, 1974—1977.
- Heraud A. — Nouveau dictionnaire des plantes médicinales. Ed. Librairie Baillière et Fils, Paris, 1932.
- Ionescu — Stoian St., Savopoi E. — Extracte farmaceutice vegetale. Ed. Medicală, București, 1977.

- Laza A., Bacz G.** — Plante medicinale și aromatice. Ed. Ceres, București, 1975.
- Popescu M.** — Galenoterapia. Ed. Presa, București, 1943.
- Rimniceanu R.** — Prognosticul bolilor interne. Ed. Medicală, București, 1978.
- Șepilci Georgeta** — Băuturi din legume. Ed. Ceres, București, 1978.
- Teodorescu M.** — Băuturi și preparate din mlere. Ed. Tehnică, București, 1978.
- Teodorescu S.** — Vinul casei. Ed. Ceres, București, 1975.
- Valnet J.** — Aromathérapie. Ed. Maloine, Paris, 1972.
- Valnet J.** — Traitement des maladies par les légumes, les fruits et les céréales. Ed. Maloine, Paris, 1977.
- *** — Dicționar medical, vol. I—II. Ed. Medicală, București, 1969.
- *** — Dicționarul Sănătății (coordonator acad. E. Pora). Ed. Albatros, București, 1978.
- *** — Farmacopeea Română, ediția a IX-a. Ed. Medicală, București, 1976.
- *** — Flora R.P.R. — R.S.R., vol. I—XIII. Ed. Academiei, București, 1952—1977.
- *** — Les plantes qui guérissent de A à Z, vol. I—II. Ed. L'Ami des Jardins et de la Maison, Paris, 1975.
- *** — Produse farmaceutice folosite în practica medicală. Ed. Medicală, București, 1982.

C U P R I N S

	<u>Pag.</u>		<u>Pag.</u>
Introducere	3	Arterioscleroză	32
Partea generală		Astm bronșic	34
Cîteva date privind recoltarea, uscarea și conservarea plantelor medicinale	9	Ateroscleroză	37
Recomandări privind prepararea unor forme farmaceutice simple 11		Avitaminoze	37
Partea specială		Balonări	38
Abcese dentare	15	Boala reumatismală	39
Achilie	16	Bronșită	40
Acnee	16	Calculoză biliară	44
Aerofagie	17	Calculoză renală	45
Afecțiuni cardiace cu substrat nervos	17	Candidoză	45
Afecțiuni vasculare	19	Cistite	46
Afte	20	Colecistită	47
Alergie	21	Colici hepato-biliare	47
Amenoree	22	Colici nefretice	48
Amigdalită	23	Colită	50
Anaciditate	23	Constipație	51
Angină pectorală	23	Contuzii	53
Anorexie	24	Cosmetică	54
Anurie	26	Deblitate	54
Antidiureză	26	Degerături	54
Arsuri	30	Dermatite	55
		Diabet zaharat	55
		Diaree	57
		Disfuncții ale glandelor mamare	59
		Disfuncții ale glandelor sudori- pare	60

	Pag.		Pag.
Dischinezie biliară	62	Insuficiență coronariană . . .	97
Dismenoree	65	Laringită	97
Dispepsie	66	Leucoree	99
Dureri abdominale la adulți . .	67	Litiază biliară	101
Dureri abdominale la copii . .	69	Litiază renală	101
Dizenterie	69	Menopauză	101
Eczeme	70	Meteorism	102
Edeme	71	Menoragii	104
Emfizem pulmonar	72	Metroragii	104
Emotivitate	73	Migrene	105
Enterocolită	73	Nefrite	105
Erotism	73	Neurodermită	106
Excitație sexuală	73	Nevralgii	106
Febră	73	Nevroze	107
Fermentație	74	Nevroză cardiacă	108
Fisuri anale	74	Obezitate	109
Fliclene	75	Oxiurază	109
Furunculoză	75	Palpitații	109
Gastrite hiperacide	76	Pielite	109
Gastroenterită	79	Pielonefrite	109
Gingivite	80	Plăgi	110
Glicozurie diabetică	81	Pneumonie	110
Gripă, guturai	81	Prostatită	111
Gută	82	Prurit	112
Helmintiază	83	Pulpită	112
Hemoragii	85	Rahitism	112
Hemorolizi	87	Răni	112
Hepatită	89	Sciatică	116
Hidropizie	90	Scorbut	117
Hiperaciditate	91	Silicoză	117
Hiperglicemie	91	Sindrom alergic	118
Hipertensiune arterială	91	Sindroame dispeptice	118
Hipoaciditate	93	Stomatită	119
Hipovitaminoze	93	Tahicardie	120
Icter	93	Transpirație	120
Infecții urinare	93	Traumatisme	121
Inflamații ale rinichilor și căilor urinare	94	Tricomonoză genitală	121
Insomnii	94	Tuberculoză pulmonară . . .	121
Insuficiență cardiacă	97	Tulburări de ritm cardiac . .	122
		Tuse convulsivă	122

	<u>Pag.</u>		<u>Pag.</u>
Ulcer gastric	122	b. Tenuri grase, seboreice	139
Ulcere varicoase	122	c. Tenuri iritate, înroșite, pă-	
Uremie	123	tate	141
Uretrite	123	d. Tenuri palide	142
Urticarie	124	e. Tenuri ridate	142
Uteromanie	124	f. Cuperoză	143
Vomă	124	g. Pistrui	144
Xeroftalmie	125	h. Impetigo (peelingine)	144
Zona-zoster	125	II. Cosmetica și igiena oculară	145
Aromaterapia	127	III. Igiena bucală	147
I. Afecțiuni ale aparatului car-		IV. Tonice capilare	148
dio-vascular	132	V. Cosmetica mâinilor	150
II. Afecțiuni ale aparatului di-		VI. Cosmetică generală	151
gestiv	132	a. Celulită	151
III. Afecțiuni ale aparatului ge-		b. Veruci (negi)	153
nito-urinar	133	c. Înțepături de insecte	153
IV. Afecțiuni ale căilor respira-		VII. Igiena locuinței	154
tori și pulmonare	133	Deodorizante și dezinfectante	154
V. Afecțiuni ale sistemului ner-		Plantele medicinale menționate în	
vos central	134	lucrare	155
Rețete aromaterapeutice	134	Uleiuri volatile menționate în	
Plante utilizate în cosmetică și		lucrare	169
în alte scopuri practice	137	Bibliografie selectivă	171
1. Cosmetica feței	138		
a. Tenuri uscate	138		

Lei 13,50